

Муниципальное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества «Радуга»  
г. Кирова

ПРИНЯТО

На педагогическом совете

Протокол № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020г.

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № \_\_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

Директор ЦРТДЮ "Радуга"

\_\_\_\_\_ С.В. Бусоргина

Рабочая программа  
по цирковому искусству  
эстрадно – цирковой студии  
«Виктория»

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Боровских Владимир Евгеньевич

г. Киров, 2020

## Пояснительная записка

Цирк - это всегда путешествие в неизведанное, одинаково интересное и для зрителей и для артистов. Это разнообразие жанров, красок, света, и цвета!

Занятия цирковым искусством способствует гармоничному развитию формы тела, формированию правильной осанки, укреплению здоровья, формирует физически крепкого и волевого человека. Через цирковое искусство ведется воспитание навыков коллективной творческой деятельности, воспитание культуры поведения, дисциплины и собранности.

Целью данной программы является : создание условий для творческих способностей и приобщение к ценностям культуры, посредством занятий цирковым искусством.

Задачи:

- создать условия для ознакомления с основными понятиями и овладение основными жанрами циркового искусства: акробатика, жонглирование, эквилибристика и клоунада.
- создать условия для развития двигательных способностей (ловкость, подвижность, выносливость, реакция), физических качеств, умственных способностей, укрепление здоровья.
- создать условия для воспитания ответственности, трудолюбия, преодоление усталости, чувства страха, терпения и настойчивости.

В программу циркового искусства включены беседы и просмотр видеоматериалов по цирковым жанрам и истории цирка.

Занятия проводятся с учетом возрастных и физических возможностей детей.

Способы отслеживания результатов целей достигаются посредством открытых и зачетных уроков.

В 2020-2021 учебном году в реализацию программы вовлечены дети 3 года обучения - 1 учебная группа.

### Учебно-тематический план 3 год обучения

Учебные занятия проводятся в группе 3 раза в неделю по 2 учебных часа, индивидуальные занятия - 2 часа в неделю

№	Тема занятия	всего часов	теория	практика	Индивидуальные занятия
1	Вводное занятие	2	1	1	
2	Общая физическая подготовка	55	13	42	
3	Акробатика	91	17	50	24
4	Жонглирование	69	13	32	24
5	Эквилибристика	69	13	32	24
6	Итоговое занятие	2		2	
Всего:		288	57	159	72

Календарно-тематический план

№	Название темы программы	Название темы занятия	Кол-во часов	Примерное время изучения
1.	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Разговор о предстоящей работе, основные понятия.	2	Сентябрь
2.	Общая физическая подготовка	Круговые вращения, наклоны головой; круговые вращения плеч; круговые вращения руками; рывки руками вперед, назад; наклоны и вращения туловища; круговое вращение таза; круговые вращения корпусом; переступание с ноги на ногу, не отрывая носка от пола; прыжки на месте через скакалку; бег на месте; упр., «книжка»; бег с высоко поднятыми коленями; упр. «орешек» с прыжком вверх; упр. «бутерброд»; «кошечка»; «парус»; «бабочка»; «кораблик»; «мостик»; упр. «качелька», шпагаты.	55	В течение года
3.	Акробатика	Упражнение в балансировании: равновесия с шпагатом; стойки на руках, предплечьях с различными «комбинациями». Вращательные упражнения: перекаты, кульбиты, колесо, курбет, флик-фляк, сальто; парные упражнения: разные поддержки на руках, ногах, плечах.	91	В течение года
4.	Жонглирование	жонглирование тремя, четырьмя предметами; жонглирование тремя предметами на одной катушке; жонглирование в паре тремя, четырьмя, шестью предметами.	69	В течение года
5.	Эквилибристика	удержание равновесия на одной катушке; удержание равновесия на двух катушках; удержание равновесия на трех катушках; удержание равновесия на катушке с жонглированием; удержание равновесия на катушке удержанием баланса голове; удержание равновесия на катушке с прыжками через скакалку; удержание равновесия на вольно стоячей лестнице; прыжки на «кузнечике»; катание на моноцикле.	69	В течение года
6.	Итоговое занятие	зачетный урок.	2	Май
		Итого:	288	

По окончании 3 года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- знать и разбираться в названиях и понятии цирковых жанров;
- выполнять по мере освоения прописанные в программе элементы;
- умение регулировать свое психоэмоциональное состояние;
- умение работать в паре;
- умение подстраховывать работая в паре.

Способы отслеживания результатов:

- контрольно-оценочные занятия в течении года;
- самостоятельность учащихся;
- участие в концертной деятельности.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Дворецкий. Г.А. Стойки. Художественная акробатика. Пирамиды. Вольностоящая лестница. Учебное пособие для студентов цирковых училищ и цирковой самодеятельности. - Челябинск, 2014.-138с.
2. Анисимов В. «Библия клоуна» (576 реприз, антре, клоунад разных времён) Казань. изд-во МиМ. 2014. 520 с.
3. Бауман Н.Э. Эквилибристика. Учебное пособие. М., «Искусство», 1963. – 144с.
4. Бауман Н.Э. Искусство жонглирования. Учебное пособие по жонглированию. Москва: Искусство, 1962. - 126 с.