Департамент образования администрации г. Липецка
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Центр развития творчества «Левобережный» г. Липецка

«РАССМОТРЕНО»
на Педагогическом совете
ЦРТ «Левобережный»
от 26.05.2023
Протокол № 3

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ЦРТ «Левобережный»
Ханеня Т.В. Ханеня
Приказ ЦРТ «Левобережный»
от 26.05.2023 № 97

**Дополнительная**
**общеобразовательная общеразвивающая программа**
**физкультурно-спортивной направленности**

# «КАСКАД KIDS»

**Срок реализации программы: 2 года**
**Возраст учащихся: 7-10 лет**

Составитель программы:
Арбузова Мария Вячеславовна,
педагог дополнительного образования

г. Липецк, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

**1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**
1.1. Пояснительная записка……...3
1.2. Цель и задачи Программы……..8
1.3. Учебный план……..9
1.4. Содержание Программы……...10
1.5. Планируемые результаты…….....18

**2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**
2.1. Календарный учебный график…….…20
2.2. Условия реализации Программы…….20
2.3. Формы аттестации (контроля)…….....22
2.4. Оценочные материалы……..23
2.5. Методическое обеспечение……..23
2.6. Воспитательная работа…….25
2.7. Работа с родителями (законными представителями)……...……26

**3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**
3.1. Список литературы, рекомендуемой педагогам……26
3.2. Список литературы, рекомендуемой родителям (законным представителям) и учащимся…….....27
3.3. Информационно-телекоммуникационные ресурсы сети интернет……..28

**4. ПРИЛОЖЕНИЯ**…….……29

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

Каждый ребенок знает, что такое цирк – это смех, веселье, клоуны, умные животные, фокусники и ловкие акробаты. Но редко кто из взрослых может объяснить, в чем состоят особенности цирка как вида искусства. Ведь мы его чаще всего представляем, как увлекательное зрелище, шоу. А на деле цирковые артисты всю жизнь осваивают не только мастерство, но и искусство – умение передать эмоцию и вызвать эстетические чувства у зрителей.

Познакомить учащихся с цирковым искусством можно и в учреждении дополнительного образования, в котором созданы все условия для знакомства с таким искусством. Изучив запрос детей и родителей в ЦРТ «Левобережный» была создана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Каскад kids» (далее - Программа), т.к. обучая детей цирковому искусству, педагог выполняет важную роль в эстетическом и физическом воспитании подрастающего поколения. Он формирует любовь к национальной культуре, расширяет кругозор, умение владеть, понимать и создавать прекрасное, делает жизнь ребенка богаче, интереснее, дает ему возможность испытать духовное наслаждение и приобщаться к трудовой деятельности.

Цирковое искусство вдохновляет, удивляет и воодушевляет детей к творческой деятельности. Достигнув определенных умений и навыков в различных цирковых жанрах, ребята стремятся к самосовершенствованию. Все переживания детей на цирковых репетициях, в процессе трудовой деятельности и повседневном общении развивают у них способность видеть, понимать, ценить прекрасное в окружающем мире. Искусство цирка укрепляет моральные убеждения детей, открывает перед ними богатейший мир духовной и эмоциональной жизни.

**Направленность**

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность и предполагает развитие у учащихся силы, выносливости, быстроты реакции, укрепление здоровья, развитие художественного вкуса и творческих способностей, путем освоения различных техник, дополнительных спортивных комплексов, цирковых жанров. В ходе занятий учащиеся познают, прежде всего, возможности собственного тела, развивая свои природные данные, осваивая жанры циркового искусства, и на основе этого создают совместно с педагогом творческие цирковые постановки.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами, в которых закреплены содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования:

- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- Конституция РФ и законодательство РФ;

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. 25.11.2013) (с изменениями и дополнениями);

– Федеральный закон от 31 июля 2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания»;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;

– Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.12.2019 № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 21.03.2022 № 9 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-2019)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ЦРТ «Левобережный»;

– Локальные акты ЦРТ «Левобережный»;

– Устав ЦРТ «Левобережный».

**Новизна Программы**

Новизна данной Программы состоит в том, что она охватывает различные жанры циркового искусства и сочетает в себе различные виды деятельности: спортивные, танцевальные, художественные, игровые. Работа проводится как в группе, так и индивидуально. Программа удовлетворяет возрастные потребности в развитии личности ребенка, помогает определять жизненные стратегии, также помогает приобретать новые навыки и реализовывать их.

Программа рассчитана на 2 года обучения. В рамках данной Программы учащиеся объединены по возрастным категориям и по начальной физической подготовке, от новичка до учащихся, которые уже выступают на конкурсах и концертах городского и регионального, всероссийского и международного уровня. Для учащихся, демонстрирующих особые образовательные способности, разработана отдельная программа для углубленных индивидуальных занятий с одаренными детьми.

**Актуальность Программы**

В современном обществе каждому человеку необходимо быть уверенным в себе, уметь преодолевать жизненные трудности, быть коммуникабельным. Такие качества можно развить с помощью занятий в цирковом коллективе. Занимаясь в цирковом коллективе, дети не только получают физическую подготовку, необходимую для данного вида деятельности, но и расширяют свои знания о цирковом искусстве, ближе знакомятся с различными цирковыми жанрами. В последнее время популярными становятся всевозможные эстрадные программы, в которых задействованы артисты различных цирковых направлений, спортсмены. Программа способствует приобретению учащимися уверенности в том, что они найдут применение своему опыту, знаниям и умениям в повседневной жизни. Кроме этого одним из самых важных направлений в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования является здоровье учащихся. Это важнейшее условие самореализации человека во всех сферах деятельности.

Проблема формирования здорового образа жизни, повышения качества и уровня здоровья в современном российском обществе требует комплексного системного решения на самом высоком уровне. Актуальность Программы обусловливается тем, что все стороны человеческой жизни, в конечном счете, определяются уровнем здоровья. Особенно важно сформировать здоровый образ жизни еще в детстве на стадии становления личности. Помимо укрепления здоровья учащихся Программа направлена на развитие индивидуальных творческих способностей, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности, развитие эстетического вкуса и художественного мышления. Особое внимание в Программе уделяется развитию артистических способностей студийцев, а также самостоятельной работе ребят. После освоения трюковых элементов и разучивания цирковых

номеров и блоков студийцы принимают активное участие в концертных программах и творческих конкурсах.

Занимаясь в цирковой студии, дети становятся не только более сильными, ловкими и выносливыми, но и расширяется их внутренний духовный мир, т.к. цирк - это и спорт, и искусство одновременно.

**Педагогическая целесообразность Программы** связана с направлением образовательного процесса на развитие физических способностей учащихся, на практическое применение навыков циркового искусства, а также с обеспечением возможности концертной практики для каждого учащегося в составе циркового коллектива, что имеет большое воспитательное значение. Участие в цирковом номере воздействует на чувства ребенка, формирует его личностные качества, активизирует как физические, так и умственные способности. Постановка группового циркового номера требует от участников единых усилий, направленных на достижение единого результата. Общие переживания создают благотворную почву для индивидуального развития. Пример товарищей, общее воодушевление, радость исполнения активизирует робких, нерешительных. Все это способствует воспитанию духа коллективизма и товарищества, являясь почвой для формирования дружеских отношений между детьми.

**Отличительной особенностью** данной Программы от уже существующих является – ее спортивная креативность, так как учащиеся в студии знакомятся не только с жанрами циркового искусства, но и в тренировочный процесс добавляются форматы фитнес программ, а также танцевальные классы. Данная Программа ориентирована на раскрытие спортивного и творческого потенциала учащихся, развитие таких качеств, как: эстетический вкус, творческое мышление, стремление быть сильным, ловким, выносливым; развивает лидерские черты ребенка, дисциплинирует, ориентирует работать, как индивидуально, так и в команде, развивает чувство ответственности и скорость принятия решений.

**Адресат Программы**

Программа создана для детей в возрасте от 7 до 10 лет. При поступлении в цирковую студию главным условием является желание ребенка заниматься цирковым искусством и справка о состоянии здоровья, дающая допуск к занятиям.

**Объем Программы**

Общее количество учебных часов:

1 год обучения – не менее 144 учебных часов в год в основной период и не менее 16 учебных часов в летний период.

Программа первого года обучения имеет стартовый уровень. На стартовом уровне происходит знакомство учащихся с элементами общефизической подготовки, партерной гимнастикой, акробатикой, каучук.

2 год обучения – не менее 216 учебных часов в год в основной период и не менее 24 учебных часов в летний период.

Программа второго года обучения имеет базовый уровень. На базовом уровне происходит знакомство учащихся с элементами партерной гимнастикой, акробатикой, знакомство с жанрами.

В группы обучения могут быть зачислены учащиеся, ранее не посещавшие студию, по результатам собеседования (тестирования, сдачи нормативов) и при наличии медицинского допуска.

**Срок освоения Программы**

Срок реализации Программы 2 года. Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая следующего года (основной период). Летний период с 01.06 по 30.06. Сроки комплектования учебных групп с 1.09 по 10.09. Количество учебных недель в основной период не менее 36 и не менее 4 недели в летний период.

**Режим занятий:**

- первый год обучения 2 раза в неделю по 2 учебных часа;
- второй год обучения 3 раза в неделю по 2 учебных часа (базовый уровень).

Недельная нагрузка:

- первый год обучения - 4 учебных часа;
- второго года обучения - 6 учебных часов.

Продолжительность одного занятия составляет 45 мин. (каждый учебный час). Между занятиями предусматривается перерыв не менее 10 минут.

**Формы обучения и виды деятельности**

Реализация Программы предусматривает использование разнообразных форм и методов учебной деятельности учащихся.

Выбор организационных форм и методов обучения осуществляется с учетом возрастных и психофизических особенностей учащихся, особенностями направления образовательной деятельности.

Форма занятий - групповая (10-15 человек).

Очная (аудиторная) - предполагает практическую работу учащихся совместно с педагогом.

Организация занятий осуществляется в виде традиционных, практических, тематических занятий, КТД, конкурса, презентации, защиты творческого проекта, круглых столов, онлайн консультаций, концертной деятельности, мастер-классов, в том числе и выпускников цирковой студии и т.д.

Для реализации Программы возможна и такая форма работы, как дистанционное (электронное) обучение. Учебные материалы, видео обучающих программ и мастер-классы, учащиеся могут получать через электронные ресурсы и приложения ВКонтакте, Яндекс Телемост, где созданы группы и беседы между учащимися и педагогом, а также родителями (законными представителями) и педагогом (группа «Левобережный» ВКонтакте (https://vk.me/join/AJQ1d0GuTANQZvhX9LWBY

Gfa, сайт ЦРТ «Левобережный» http://levber48.ru), сообщество коллектива «Каскад» в соцеальной сети vk https://vk.com/public210580055 .

В процессе реализации Программы предусмотрено участие учащихся в конкурсах муниципального, регионального, всероссийского уровней и концертной деятельности.

### 1.2. Цель и задачи Программы

**Цель:** раскрытие потенциала учащихся в области физической культуры и эстетического сознания посредствами овладения основами циркового искусства.

**Задачи первого года обучения**

**Обучающие:**

- формировать представление о различных жанрах циркового искусства у учащихся;
- формировать знания о различном спортивном оборудовании, о его применении на практике для достижения поставленных спортивных задач;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни,
- учить учащихся эстетично и четко выполнять акробатические элементы, соединения и композиции;
- формировать знания о цирковом реквизите и способах его применения.

**Развивающие:**

- развивать у учащихся внимательность, наблюдательность, творческое воображение, музыкальность и чувство ритма;
- развивать у учащихся коммуникативные и творческие способности;
- развивать физические, природные данные учащихся;
- развивать интерес к цирковому искусству.

**Воспитательные:**

- воспитывать эстетический вкус, внутреннюю и внешнюю культуру;
- организовывать интересный спортивный и познавательный досуг учащихся;
- воспитывать художественный вкус и уважение к цирковому искусству и другим видам искусства;
- приобщать учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности.

**Задачи второго года обучения**

**Обучающие:**

- формировать знания учащихся о жанрах циркового искусства;
- знакомить учащихся с известными цирковыми артистами, их карьерой для поддержания устойчивого интереса к выбранному жанру циркового искусства;
- учить работать (заниматься) на различном спортивном оборудовании, применять на практике цирковой реквизит.

- учить владеть своим телом, оценивать свое физическое состояние и регулировать его в процессе тренировочной деятельности;
- формировать у учащихся музыкально-ритмические навыки;
- обучать начальным навыкам актерского мастерства.

**Развивающие:**

- развивать выносливость, силу, ловкость, скорость реакции;
- развивать цирковые навыки;
- развивать хореографические данные;
- развивать индивидуальные особенности, личную культуру;
- развивать творческие способности учащихся (образное мышление, воображение, фантазию, эмоциональную выразительность, художественный вкус);
- развить чувство ритма, музыкальность, координацию движений, внимание, наблюдательность;
- развить природные общефизические данные: подвижность связок и суставов, «подъем», «выворотность», прыгучесть, гибкость, осанку, силу, выносливость, ловкость.

**Воспитательные:**

- формировать у учащихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- воспитывать эстетический вкус, внутреннюю и внешнюю культуру;
- организовывать первые выступления, прививая любовь к сцене;
- воспитывать умение бесконфликтного общения, построение добрых межличностных отношений;
- воспитывать интерес к цирковому искусству и к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

### 1.3. Учебный план

**Первый год обучения**

| **Наименование учебного курса** | **Кол-во часов** | **Промежуточная аттестация** |
|---|---|---|
| Спортивная деятельность | не менее 130 | Сдача спортивных показателей (пресс, отжимания, прыжки, планки, «ласточка», «коробочка» и др.) |
| Художественная деятельность | не менее 14 | Творческое задание |
| **Всего** | **не менее 144** | |
| Летний период | не менее 16 | Творческая презентация на темы: «Я и цирк», «Цирковые жанры» |
| **Итого** | **не менее 160** | |

**Второй год обучения**

| Наименование учебного курса | Кол-во часов | Промежуточная аттестация |
|---|---|---|
| Спортивная деятельность | не менее 180 | Сдача спортивных нормативов (упражнения на гибкость, упражнения на баланс, упражнения на мышцы пресса, базовые элементы акробатики, гимнастики, эквилибристики) |
| Художественная деятельность | не менее | Реферат, исследовательская работа на заданные темы: «Пантомима», «Эксцентрика». Создание композиций по заданным темам. |
| **Всего** | не менее **216** | |
| Летний период | не менее 24 | Подбор циркового реквизита или его изготовление. Подбор музыкального сопровождения для номеров разных жанров, создание композиций. |
| **Итого** | не менее **240** | |

## 1.4. Содержание Программы

**Учебно-тематический план**
**Первый год обучения**
**(2 занятия в неделю, всего не менее 72 занятий (не менее 144 ч.)**

| № п/п | Название тем | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | общее | теория | практика | |
| 1. | **Спортивная деятельность** | | | | |
| 1.1. | Вводное занятие | 2 | 2 | - | Беседа, наблюдение, входной контроль |
| 1.2. | Общеразвивающие упражнения | 30 | 1 | 29 | Диагностика результатов |
| 1.3. | Гимнастика | 40 | 2 | 38 | Наблюдения, анализ творческой активности |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.4. | Современная и классическая хореография. | 30 | 1 | 29 | Диагностика результатов |
| 1.5. | Знакомство с жанром эквилибристика | 10 | 1 | 9 | Наблюдение, анализ творческого задания |
| 1.6. | Хулахуп | 10 | 1 | 9 | Диагностика результатов |
| 1.7. | Знакомство с направлением цирка акробатика | 8 | 1 | 7 | Диагностика результатов |
| 2. | **Художественная деятельность** | | | | |
| 2.1. | Цирковая мозаика | 12 | 1 | 11 | Творческое задание, устный опрос, наблюдение. Конкурс пластических этюдов |
| 2.2. | Итоговое занятие | 2 | - | 2 | Тестирование |
| | **Итого:** | **144** | **10** | **134** | |

## Содержание Программы
## Первый год обучения
## (основной период)

**1. Спортивная деятельность**

**1.1. Вводное занятие - 2 ч.**

**Теория - 2 ч.** Организационный сбор, постановка целей и задач, знакомство с планированием работы группы в учебном году. Осуществляется входной контроль для определения уровня развития детей и их творческих способностей. Проводится педагогическое наблюдение и беседа с каждым ребенком. Инструктаж по техники безопасности связанный с жанрами цирка, беседа о поведении во время занятий, знакомство с детьми и родителями (законными представителями).

**1.2. Общеразвивающие упражнения – 30 ч.**

**Теория - 1 ч.** Техника безопасности при выполнении комплекса упражнений. Разъяснение зачем нужно выполнять общеразвивающие упражнения (для учащихся младшего возраста разъяснение проходит в игровой форме, с наглядными примерами).

**Практика - 29 ч.** Комплексы, укрепляющие основные группы мышц. Комплексы на выносливость, силу, развивающие быстроту реакции.

**1.3. Гимнастика - 40 ч.**

**Теория - 2 ч.** Техника безопасности при выполнении комплекса упражнений на гибкость. Беседа о правилах поведения на занятиях.

Разъяснение зачем нужна гибкость человеку (для учащихся младшего возраста разъяснение проходит в игровой форме, с наглядными примерами).

**Практика - 38 ч.** Знакомство с гимнастикой. Знакомство с комплексами упражнений на гибкость. Знакомство с основными элементами базового уровня, такими как прыжки, «коробочки», «ласточки», комплекса на равновесие, комплексы упражнений на растяжку мышц ног, объяснение и практика как выполнять шпагаты, кувырки, «березки», затяжки у станка и др.

**1.4. Современная и классическая хореография- 30 ч.**

**Теория - 1 ч.** Беседа об основных направлениях в хореографии, зачем нужна базовая хореография, артисту цирка (объяснение). Правила работы у хореографического станка. Правила поведения на занятиях.

**Практика - 29 ч.** Проработка комплексов элементов классической хореографии. Знакомство и обучение работы у станка. Растяжка у хореографического станка.

**1.5. Знакомство с жанром эквилибристика- 10 ч.**

**Теория - 1 ч.** Рассказ о жанре «эквилибр», об артистах этого жанра. Техника безопасности при выполнении элементов этого жанра. Рассказ об используемом реквизите. Правила поведения и правила пользования реквизитом во время занятий.

**Практика - 9 ч.** Разминочный комплекс для выполнения элементов жанра «эквилибр». Базовые элементы на равновесие. Базовые элементы на моноцикле.

**1.6. Хулахуп - 10 ч.**

**Теория -1 ч.** Рассказ о работе в этом жанре, о номерах этого жанра, теоретический разбор элементов жанра. Правила работы в жанре и с инвентарем. Правила поведения во время занятий.

**Практика- 9 ч.** Разминочный комплекс для работы в жанре «хула-хуп». Техника вращения и поднятия с пола обручей (1-2). Жонгляж обручами.

**1.7. Знакомство с направлением цирка акробатика – 8 ч.**

**Теория - 1 ч.** Рассказ о жанре. Знакомство с основными терминами акробатики. Техника безопасного выполнения элементов жанра. Правила поведения во время занятия.

**Практика - 7 ч.** Разминочные комплексы для работы в жанре. Обучение основам акробатики.

**2. Художественная деятельность-14 ч.**

**2.1. Цирковая мозаика – 12 ч**

**Теория- 1 ч.** Подведение итогов полученных знаний в учебном году по курсу «Спортивная деятельность.

**Практика-11 ч.** Выполнение творческих заданий.

Общая разминка (комплексы упражнений на гибкость, выносливость, быстроту реакции, силу, на равновесие), далее педагог предлагает возможность выбрать учащемуся понравившийся ему жанр и дает задания в нем, а далее после отработки элементов жанра, педагог делает небольшую связку из выученных элементов, а учащийся отрабатывает их. Далее идет творческое задание – продолжить связку, дополнив ее известными элементами и придумать небольшую постановку с ними. Каждое занятие учащиеся

меняются жанрами, пробуя себя в каждом, с которыми познакомились в учебном году, раскрывая себя в них через творческое задание. Так педагог получает комплексный анализ не только физических возможностей ребенка, но и тягу (заинтересованность) в жанре. По итогам делается открытое занятие для родителей с зарисовками будущих концертных номеров небольшой сложности.

**Итоговое занятие – 2 ч.**

**Практика – 2 ч.** Тестирование пройденного материала, по средствам викторины и сдачи нормативов.

**Учебно-тематический план**
**Первый год обучения**
**(летний период)**
**(2 занятия в неделю, всего не менее 8 занятий (не менее 16 ч.)**

| № п/п | Тема занятий | Всего часов | Теория | Практика | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Классическая хореография. Работа у станка. | 6 | 2 | 4 | наблюдение |
| 2. | Растяжка. | 6 | - | 6 | |
| 3. | Упражнения на баланс. ОФП | 4 | - | 4 | |
| | **Итого** | **16** | **2** | **14** | |

**Содержание Программы**
**первый год обучения**
**(летний период)**

**1. «Классическая хореография. Работа у станка» - 6 ч.**

**Теория- 2 ч.**

Беседа о значимости хореографии в цирковом искусстве. Разговор о классической и современной хореографии. Знакомство с основными классическими позициями рук и ног.

**Практика-4 ч.**

**Работа у станка, изучение основных позиций ног:**

Пять «открытых» позиций классического танца:

**I позиция**

Пятки вместе, носки врозь, ступни соприкасаются пятками развернуты носками наружу, образуя на полу прямую линию.

**II позиция**

Стопы разведены в стороны и расположены на одной прямой линии, расстояние между пятками равно длине стопы или превышает её.

**III позиция**

Одна нога располагается впереди другой, ступни прилегают одна к другой, при этом пятка одной ноги соприкасается с серединой ступни другой (то есть одна стопа наполовину закрывает другую).

**IV позиция**

Одна нога располагается впереди другой, при этом пятка одной ноги находится напротив носка другой; расстояние между стопами равно длине стопы или превышает её.

**V позиция**

Одна нога располагается впереди другой, ступни плотно прилегают друг к другу, при этом пятка одной ноги соприкасается с носком другой. Эта позиция также называется *sus-sous* (с фр. — «над-под»).

**VI позиция**

Пятки вместе, стопы соприкасаются внутренней стороной. Эта невыворотная позиция также обозначается как параллельная или I прямая.

**VII позиция**

Широкая IV позиция, выполненная на полупальцах, пальцах или стоя на каблуках. Существует два варианта VII позиции — в зависимости от того, правая или же левая нога находится впереди.

Работа над «затяжками».

**2. Растяжка. - 6 ч.**

**Практика- 6 ч.**

Изучение правильной техники растягивания мышц. Работа над гибкостью и подвижностью суставов, улучшение гибкости позвоночника, работа над растяжкой в шпагаты.

**3. Упражнения на баланс. -4 ч.**

**Практика- 4 ч.**

ОФП, упражнения на координацию, упражнения на реакцию, упражнения на умение концентрироваться, отработка основных элементов на баланс (выполнение «ласточки», «пистолетика», затяжек без станка.

## Учебно-тематический план
## Второй год обучения
## (3 занятия в неделю, всего не менее 108 занятий (не менее 216 ч.)

| № п/п | Название тем | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | общее | теория | практика | |
| 1. | **Спортивная деятельность** | | | | |
| 1.1. | Вводное занятие | 2 | 2 | - | Беседа, входной контроль |
| 1.2. | Общеразвивающие упражнения | 30 | 1 | 29 | Диагностика результатов |
| 1.3. | Гимнастика | 50 | 2 | 48 | Диагностика результатов |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.4. | Современная и классическая хореография. | 20 | 1 | 19 | Наблюдение |
| 1.5. | Жонглирование | 24 | 1 | 23 | Диагностика результатов |
| 1.6. | Хулахуп | 12 | 1 | 11 | Диагностика результатов |
| 1.7. | Акробатика | 30 | 1 | 29 | Диагностика результатов |
| 1.8. | Эквилибристика | 12 | - | 12 | Наблюдение |
| 2. | **Художественная деятельность** | | | | |
| 2.1. | Эксцентрика | 20 | 1 | 19 | Наблюдение |
| 2.2 | Выполнение творческих заданий | 14 | - | 14 | Наблюдение, тестирование, зачет |
| 2.3. | Итоговое занятие | 2 | - | 2 | |
| | **Итого:** | **216** | **10** | **206** | |

## Содержание Программы
## Второй год обучения
## (основной период)

**1. Спортивная деятельность**

**1.1. Вводное занятие - 2 ч.**

**Теория - 2 ч.** Организационный сбор, постановка целей и задач, знакомство с планированием работы группы в учебном году. Осуществляется входной контроль для определения уровня развития детей и их творческих способностей. Проводится педагогическое наблюдение и беседа с каждым ребенком. Инструктаж по техники безопасности связанный с жанрами цирка, беседа о поведении во время занятий, знакомство с детьми и родителями (законными представителями).

**1.2. Общеразвивающие упражнения – 30 ч.**

**Теория - 1 ч.**

Техника безопасности при выполнении комплекса упражнений. Разъяснение зачем нужно выполнять общеразвивающие упражнения (для учащихся младшего возраста разъяснение проходит в игровой форме, с наглядными примерами).

**Практика - 29 ч.**

Комплексы, укрепляющие основные группы мышц. Комплексы на выносливость, силу, развивающие быстроту реакции.

**1.3. Гимнастика - 50 ч.**

**Теория - 2 ч.**

Техника безопасности при выполнении комплекса упражнений на гибкость. Беседа о правилах поведения на занятиях.

Разъяснение зачем нужна гибкость человеку (для учащихся младшего возраста разъяснение проходит в игровой форме, с наглядными примерами).

**Практика - 48 ч.**

Знакомство с комплексами упражнений на гибкость. Знакомство с основными элементами гимнастики базового уровня, такими как, прыжки, «коробочки», «ласточки», «мосты», перекаты, стойки на груди, комплексы упражнений на равновесие, комплексы упражнений на растяжку мышц ног, объяснение и практика как выполнять шпагаты, кувырки, «березки», «затяжки» и др.

**1.4. Современная и классическая хореография- 20 ч.**

**Теория - 1 ч.**

Беседа об основных направлениях в хореографии, зачем нужна базовая хореография, артисту цирка (объяснение). Правила работы у хореографического станка. Правила поведения на занятиях.

**Практика - 19 ч.**

Проработка комплексов элементов классической хореографии. Знакомство и обучение работы у станка. Растяжка у хореографического станка.

**1.5. Жонглирование -24 ч.**

**Теория-1 ч.**

Знакомство с жанром. Беседа о техниках жонглирования, о возможном реквизите в жанре. Техника безопасной работы с ним.

**Практика - 23 ч.**

Жонглирование мячами (2-3), кольцами (2-3), булавами (2-3).

**1.6. Хулахуп - 12 ч.**

**Теория -1 ч.**

Рассказ о работе в этом жанре, о номерах этого жанра, теоретический разбор элементов жанра. Правила работы в жанре и с инвентарем. Правила поведения во время занятий.

**Практика- 11 ч.**

Разминочный комплекс для работы в жанре «хула-хуп». Техника вращения и поднятия с пола обручей (1-2). Жонгляж обручами.

**1.7. Знакомство с направлением цирка акробатика – 30 ч.**

**Теория - 1 ч.**

Рассказ о жанре. Знакомство с основными терминами акробатики. Техника безопасного выполнения элементов жанра. Правила поведения во время занятия.

**Практика - 29 ч.**

Разминочные комплексы для работы в жанре. Обучение основам акробатики. Работа в парах, тройках.

**1.8. Эквилибристика-12 ч.**

**Практика - 12 ч.**

Выполнение специальной разминки для работы в жанре. Отработка удерживания равновесия при неустойчивом положении тела (на стойках, катушках, моноцикле).

**2. Художественная деятельность-36 ч.**

**2.1. Эксцентрика-20 ч.**

**Теория- 1ч.**

**Рассказ об эксцентрике:** художественный приём изображения действительности, основанный на умышленном нарушении логики и причинно-следственных связей в действиях или событиях, как бы причудливом смещении привычных понятий, а также использовании предметов в несвойственных им функциях. Применение эксцентрики в цирке.

**Практика- 19 ч.**

Работа в жанре клоунада с применением эксцентрики. Постановка творческих композиций.

**2.2. Выполнение творческих заданий.**

**Практика – 14 ч.**

Работа над поставленными композициями, творческими номерами, работа группы над отчетным представлением.

**2.3. Итоговое занятие -2 ч.**

**Практика- 2 ч.**

Подведение итогов года, постановка целей и задач на будущий год, обсуждение летней работы коллектива.

**Учебно-тематический план**
**Второй год обучения**
**(летний период)**
**(3 занятия в неделю, всего не менее 12 занятий (не менее 24 ч.)**

| № п/п | Тема занятий | Всего часов | Теория | Практика | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Гимнастика (перевороты, перекаты, рондат, стойки на локтях, на руках и др.) | 8 | 1 | 7 | Диагностика результатов |
| 2. | Шпагаты | 8 | - | 8 | |
| 3. | Затяжки. Упражнения на баланс. | 8 | - | 8 | |
| | **Итого** | **24** | **1** | **23** | |

**Содержание Программы**
**Второй год обучения**
**(летний период)**

**1. Гимнастика. – 8 ч.**

**Теория – 1 ч.**

Объяснение правильной техники выполнения изучаемых гимнастических элементов.

**Практика- 7 ч.**

Работа над качеством элементов: перевороты, перекаты, рондат, стойки на локтях, на руках, прыжки с раскрытием в шпагат, затяжки и др.

В этом блоке изучается элемент из спортивной акробатики и художественной гимнастики - фляк.

**2. Шпагаты- 8 ч.**

**Практика-8 ч.**

Изучение комплексов упражнений на растяжку.

Растяжка мышц ног в «минусовые шпагаты».

**3. Затяжки. Упражнения на баланс -8 ч.**

**Практика- 8 ч.**

Комплексы упражнений, которые способствующие развитию чувства баланса. Баланс на различных снарядах.

## 1.5. Планируемые результаты

### Первый год обучения

**Личностные:**

- личностный рост ребенка как артиста циркового искусства;
- развитие образного мышления;
- развитие эмоциональной восприимчивости;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду;
- формирование зрительского, слушательского опыта, визуальной культуры;
-воспитание культуры общения учащихся.

Сформированность положительной мотивации к учебной деятельности: «Я хочу учиться!» - самый желаемый планируемый личностный результат.

**Метапредметные**

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- умение контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

**Предметные**

- умение выполнять гимнастические комплексы и акробатические элементы;
- умение выполнять комплексы растяжки и разминки;
- способность применять усвоенные знания на практике;
- знание основы здорового образа жизни.

## Второй год обучения

**Личностные:**

- проявление настойчивости в достижении цели;
- владение собственным телом, укрепление здоровья;
- умение выражать свои эмоции, соблюдая этические нормы;
- умение импровизировать по предложенным сценариям;
- умение использовать элементы классического, народного, историко-бытового и современного танца в выбранном цирковом жанре при подготовке учебного номера;
- формирование готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

Сформированность положительной мотивации к учебной деятельности: «Я хочу учиться!» - самый желаемый планируемый личностный результат.

**Метапредметные**

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

**Предметные:**

- способность планировать и выполнять практические задания данные педагогом;
- готовность соблюдать нормы и правила безопасности труда, пожарной безопасности, правила санитарии и гигиены;
- стремление к творческой самореализации;
- умение анализировать свою деятельность, нести ответственность за выполняемую работу;
- владение социально и личностно значимыми качествами;
- способность применять усвоенные знания на практике;
- умение выполнять гимнастические комплексы;
- умение выполнять акробатические элементы;
- умение выполнять комплексы растяжки и разминки;
- сформированность основ цирковой культуры, в том числе на развитие художественного вкуса и интереса к цирковому искусству;
- приобретение первоначальных представлений о роли циркового искусства в жизни человека;
- получение знаний о способах укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о позитивном влиянии на

развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное) с помощью циркового искусства;

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая следующего года (основной период). Летний период с 01.06 по 30.06. Сроки комплектования учебных групп с 1.09 по 10.09. Количество учебных недель в основной период не менее 36 и не менее 4 недель в летний период. Возраст учащихся 7-10 лет. Занятия проводятся:

- первый год обучения 2 раза в неделю по 2 учебных часа (стартовый уровень);
- второй год обучения 3 раза в неделю по 2 учебных часа (базовый уровень).

Занятия проводятся продолжительностью по 45 мин. (каждый учебный час). Между занятиями предусматривается перерыв не менее 10 минут.

Недельная нагрузка:

- первый год обучения - 4 учебных часа;
- второй год обучения – 6 учебных часов.

В период осенних, зимних, весенних каникул занятия проводятся в рамках рабочей программы согласно утвержденному расписанию.

В период летних каникул цирковая студия «Каскад kids» работает по специальному расписанию и разработанной рабочей программе на летний период.

### 2.2. Условия реализации Программы

В цирковую студию принимаются все желающие, имеющие медицинскую справку, свидетельствующую о том, что ребенок физически здоров. Набор детей осуществляется на основании результатов входной диагностики физических способностей (просмотр) и предварительного индивидуального собеседования с целью ознакомления с интересами и потребностями детей, выявления мотивов их выбора и характера заинтересованности в занятиях.

Наполняемость учебных групп: 10-15 чел.

На занятиях осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к учащимся с учетом их возрастных и психолого-педагогических особенностей. Каждый учащийся проходит путь от новичка до полноценного артист, достигшего определенных навыков и умений в выбранном жанре циркового искусства.

**Особенности организации образовательного процесса**

**Этапы обучения:**

- знакомство с жанрами циркового искусства – историей, особенностями;
- физическая подготовка мышц рук, ног и спины;
- освоение основных элементов акробатики, эквилибристики и клоунады;
- развитие исполнительского мастерства – постановочная работа над созданием и исполнением циркового номера.

Цирковое искусство представлено в Программе как взаимосвязанная работа по трем направлениям: учебное, практическое и творческое.

1. Учебное – это обучение простейшим элементам акробатики, эквилибристики и клоунады, формирование у детей хорошей физической подготовки.
2. Практическое предполагает исполнение детьми группового или сольного циркового номера, а также владение своим телом и физическими способностями в повседневной жизни.
3. Творческое – создание циркового номера в разных жанрах, умение перевоплощаться.

Уровень программных требований может быть уменьшен или расширен в зависимости от интересов и возможностей учащихся.

**Принципы реализации Программы**:

- принцип гармонического воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности – природосообразности ребенка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

**Формы проведения занятий**

Групповые занятия предназначены для формирования необходимой физической подготовки у учащихся и для отработки акробатических элементов с подстраховкой педагога.

Для учащихся с особыми образовательными потребностями (одаренными учащимися) планируется индивидуальный образовательный маршрут.

Очень важными для юных артистов являются такие формы занятий, как концерт, праздник, фестиваль, творческое выступление.

**Структура занятия**

Занятие состоит из трех частей: вводная (разминка – упражнения для укрепления всех мышц тела, для гибкости и растяжки); основная (работа над акробатическими элементами и по эквилибристики); заключительная (закрепление изученных элементов посредством эстафет или непосредственно в работе над постановкой циркового номера).

1. Организационный момент.
2. Объявление темы занятия. Постановка цели и задач.
3. Общая разминка.
4. Силовая тренировка.
5. Работа у станка.
6. Разучивание различных акробатических и гимнастических упражнений, трюков на мате.
7. Работа по жанрам (разучивание номеров).
8. Подведение итогов. Анализ проделанной работы.

В Программе используются различные методы работы, такие как: наглядно-слуховой, наглядно-зрительный, практический. Данные методы способствуют целостному развитию учащихся, формированию у них практических умений и навыков, развитию креативности.

Процесс обучения без современных и надежных технических средств немыслим. Они крайне необходимы для правильного и безопасного обучения, страховки. Для успешной реализации Программы необходимо:

- наличие тренировочного помещения (площадки) с зеркалами и станком для занятий хореографией;
- наличие необходимого для занятий оборудования (маты, скамейки, лестница для эквилибристики, катушки и «стоялки» для эквилибра; утяжелители, гимнастический стол, гимнастические коврики и др.);
- наличие циркового реквизита (гимнастические ленточки, скакалки, булавы, хулахупы, гимнастические мячики, кольца для жонглирования, моноциклы);
- наличие реквизита для фокусов и др.;
- страховочные ремни, подвесные пояса (лонжи), специальные костюмы и т.д.;
- средства для музыкального сопровождения (аудио и видеоаппаратура, флеш-накопитель с музыкальным материалом);
- костюмы для выступлений;
- дидактические материалы и др.

Для повышения общего творческого потенциала учащихся, стимулирования их деятельности важным моментом является участие в конкурсах всероссийского, регионального, муниципального уровня, организация концертных выступлений, функционирующих в учреждениях дополнительного образования.

### 2.3. Формы аттестации (контроля)

С целью диагностики освоения Программы два раза в учебном году проводится аттестация учащихся: промежуточная - декабрь (январь); апрель (май) и итоговый контроль апрель (май), для учащихся освоивших полный курс Программы, в соответствии с Положением об аттестации учащихся творческих объединений.

Промежуточная аттестация в форме сдачи спортивных нормативов проводится по курсу «Спортивная деятельность» на каждом году обучения.

Промежуточная аттестация в форме подготовки творческого номера и участия в концерте проводится по курсу «Художественная деятельность» на каждом году обучения.

В ходе реализации Программы также осуществляются следующие виды контроля - входной, текущий и итоговый.

Целью итогового контроля по окончанию учебного года (для учащихся пятого и шестого года обучения) является определение изменения уровня развития учащихся, их спортивных и творческих достижений. Проходит публичное представление результатов учащихся с участием родителей (законных представителей) и широкой общественности на концертах, конкурсах, мастер-классах, фестивалях, открытых занятиях.

### 2.4. Оценочные материалы

Пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов (ФЗ № 273, ст. 2, п. 9; ст. 47, п. 5).

Основными методами контроля в течение года является беседа, наблюдение, творческие задания, а также самостоятельная работа и контрольные упражнения и тестирование. Результаты проведенного мониторинга и тестирования оформляются в виде таблиц или диагностических карт, которые позволяют определить достижения учащимися и планируемые результаты (приложение 1, 2, 3, 4, 5).

### 2.5. Методическое обеспечение

Для реализации Программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, игровой, метод творческих заданий, информационно-коммуникативный.

Словесный метод – используется при беседе, рассказе, объяснение нового материала.

Информационно–коммуникативный (просмотр презентации), поиск информации и просмотр выступлений в интернете.

Наглядный метод - демонстрация, показ упражнений, движений педагогом и учащимися, а также показ видеоматериала, учебные и другие фильмы.

Практический метод - упражнения, практическая работа, практическое задание.

Игровой метод – проведение и организация игр с детьми.

Программа построена по принципу от простого к сложному, то есть освоение элементов и трюков каждого жанра обусловлено физическими и психологическими особенностями учащихся.

Реализация Программы предусматривает организацию педагогом следующей методической работы:

- разработка методических рекомендаций, сценариев, конспектов открытых занятий, бесед, игр, соревнований, конкурсов, игровых программ и мастер-классов;
- разработка методических пособий, иллюстративного и дидактического материала;
- разработка коллективных проектов (творческих номеров) для участия в конкурсах различного уровня;
- разработка диагностических карт с последующим проведением мониторинга эффективности усвоения программного материала, развития необходимых умений и навыков;
- подготовка презентаций, качественных иллюстрации и репродукции по темам;
- видео цирковых номеров известных профессиональных и любительских цирковых коллективов.

При реализации Программы в основном используется ***технология дифференцированного обучения,*** предполагающая несколько этапов:

- **ориентационный этап** (педагог договаривается с детьми о том, как они будут работать, к чему стремиться, чего достигнут). Каждый отвечает за результаты своего труда и имеет возможность выбрать жанр циркового искусства, наиболее отвечающее его возможностям и интересам, например: гимнастику, жонглирование, эквилибристику и т. д.;
- **подготовительный этап (**дидактическая задача - обеспечить мотивацию, актуализировать опорные знания и умения; необходимо объяснить, почему следует научиться выполнять ту или иную работу, где это пригодится);
- **основной этап (усвоение знаний и умений**) (учебная информация излагается кратко, четко, ясно, с опорой на образцы, после чего учащиеся переходят на самостоятельную работу);
- **итоговый этап (**оценивание достижений студийцев, их творческих номеров, обобщение и закрепление пройденного на занятиях).

Используются также групповые технологии, предполагающие организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию.

Применяются такие разновидности групповых технологий, как групповой опрос, учебная встреча, открытые занятия, концертная деятельность. Данная технология ценна для коллектива тем, что учебная группа делится на подгруппы для выполнения концертных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося. Состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности.

Итогом занятий является отбор удачных, хорошо подготовленных номеров по постановке, сюжетной линии и наиболее насыщенных цирковыми трюками для демонстрации на концертах, конкурсах, гастрольной деятельности (если для этого есть необходимые средства).

**2.6. Воспитательная работа**

(Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»)

Воспитательная работа внутри студии способствует формированию и раскрытию творческой индивидуальности личности каждого учащегося. Для этого педагог ставит задачи:

- способствовать активизации и ориентации интересов воспитанников на интеллектуальное, физическое и духовное развитие;
- изучить потребности, интересы, склонности и другие личностные характеристики детей;
- воспитывать в детях взаимоуважение (взаимопомощь, взаимоотношения, доброе отношение друг к другу);
- воспитывать бережное отношение к природе;
- создать условия для интеллектуального, эстетического, физического, коммуникативного, самовыражения личности учащегося;
- развивать творческую деятельность;
- развивать активную жизненную позицию ребенка;
- внедрение и соблюдение собственных ритуалов, традиций, законов («посвящение», «заповеди студийца», активные выходные и др.).

Данная Программа направлена на привлечение детей к занятиям спортом, формированию здорового образа жизни, умению добиваться поставленных целей, пониманию необходимости систематических занятий. Она имеет направленный воспитательный, спортивно-оздоровительный, художественный и обучающий характер. Учащиеся работают над усовершенствованием возможностей своего тела (силы, выносливости, скорости реакции), учатся работать в разных цирковых жанрах с различным реквизитом, что помогает разносторонне развиваться, тренирует и закаливает нервно-мышечный аппарат ребенка, развивает мелкую моторику.

Используемые в Программе виды деятельности способствуют воспитанию нравственных качеств: трудолюбия, воли, дисциплинированности.

Направлены на развитие силовых, атлетических качеств, развитие мелкой моторики, быстроты реакции, развитие базовых навыков в выбранных учащимися жанрах.

В течение учебного года учащиеся принимают участие в тематических занятиях, мастер-классах, творческих конкурсах, фестивалях.

Календарный план воспитательной работы (приложение 6).

**Функция педагога дополнительного образования как воспитателя**

1. Воздействие педагога на учащихся:

- изучение индивидуальных особенностей развития ребенка, его окружения, его интересов;
- программирование воспитательного воздействия;
- реализация комплекса методов и форм индивидуальной работы;
- анализ эффективности индивидуальных воздействий.

2. Создание воспитывающей среды:

- сплочение коллектива;
- формирование благотворной эмоциональной обстановки;
- включение учащихся в разнообразные виды деятельности;
- развитие детского самоуправления.

3. Коррекция влияния различных субъектов социальных отношений:

- социальная помощь семье;
- нейтрализация негативных воздействий социума;
- взаимодействие с другими учреждениями;
- участие в благотворительных проектах и акциях.

**2.7. Работа с родителями (законными представителями).**

Основной целью системы работы с родителями (законными представителями) учащихся цирковой студии «Каскад kids» является установление партнерских отношений с семьей каждого учащегося, создание атмосферы взаимоподдержки и общности интересов.

В числе основных направлений организации совместной работы можно выделить следующие:

- психолого-педагогическое просвещение родителей (лекции, семинары, индивидуальные консультации, практикумы; подготовка полезной информации и размещение ее на информационном стенде, в группе ВКонтакте и на сайте ЦРТ «Левобережный»);
- участие родителей (законных представителей) в учебно-воспитательном процессе (родительские собрания, совместные творческие дела, праздники, тематические занятия, творческие выступления, мастер-классы);
- участие родителей (законных представителей) в управлении учреждением (Попечительский совет МАОУ СШ №34 «Global», родительские комитеты).

В течение учебного года (в октябре и апреле) проводятся открытые занятия и мастер-классы для родителей (законных представителей) с целью ознакомления с Программой и расширения форм работы с детьми.

# 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

## 3.1. Список используемой литературы


1. Баршай В.М. Физическая и техническая подготовка юных акробатов. Ростов-на-Дону, Изд. Ростовского университета, 1990.
2. Баршай В.Н. Гимнасстика (для СПО). Издательство КноРус 2016.
3. Брэд Уокер. Анатомия стретчинга. Перевод на русский Татаренко Н.А. ООО «Издательство «Э», 2017.
4. Веракса А., Горовая А., Леонов С. И Гришко А. «Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена». Издательство Спорт, 2016.
5. Дмитриев Ю. Цирк в России. От истоков до 1917г.- М., 1977.
6. Гуревич Э. О жанрах Советского цирка. - М., 1984.
7. Ершов П. М. Технология актерского искусства. – М., 1992.
8. Жандо Д. Истоки мирового цирка. - М., 1963.
9. Жигалов С.А., Дранч В.Я. «Королевство акробатики». - М., Издательство «Физкультура и спорт». 1986
10. Ильина М.В. Воображение и творческое мышление: Психодиагностические методики. – М.: Книголюб, 2004.
11. Ильина М.В. Развитие невербального воображения. – М.: Книголюб, 2004.
12. Карандаш. На арене Советского цирка. - М.,1971.
13. Кожевников С.В. Акробатика: Учебное пособие для училищ циркового искусства. - М.: Искусство, 1984. – 222 с.
14. Кузнецов Е. Цирк. Искусство. - М., 1971.
15. Лившиц П. Сценический грим. – М., 1955.
16. Маленькая энциклопедия «Цирк» М., 1979.
17. Мерцалова Т. История костюма. – М., 1972.
18. Мерцалова Т. Костюм разных времен и народов. – М., 1993.
19. Михайлова Э. И., Иванов Ю. И. Ритмическая гимнастика. – М.: Московская правда, 1987. – 80 с.
20. Новицкая Л. Уроки вдохновения. – М., 1984.
21. Оганесян Ф., Круглова Л.В. Программа «Школа гимнастики» для занятий в учреждениях дополнительного образования. - М., 2006.
22. Парад–але М., 1989.
23. Рудберг И. Пантомима. – М., 1976.
24. Румянцева Н. М. Клоун и время М., 1989.
25. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика - 1989.
26. Теория и практика мастерства актера. Межвузовский сборник научных трудов. М.: ГИТИС, 1990.
27. Шмаков С.А. Уроки детского досуга. В помощь педагогу - экспериментатору, классному руководителю. – М.: Новая школа, 1992.
28. Школьников С. Грим. – Минск, 1986.

29. Шмойлов М. Мастерство актера. Упражнения и игры начального этапа обучения. Методические разработки. – М., 1990.

30. Энциклопедия (О жанрах Советского цирка) для детей и родителей (Мир цирка) т.1, 2, 3, 4.

**3.2. Литература, рекомендуемая родителям (законным представителям) и учащимся**

1. Градова К. Театральный костюм. – М., 1987.

2. Ершова М., Букатов В. Актерская грамота подросткам. – Ив., 1994.

3. Макаров С. М. Искусство клоунады в СССР. - Издательство: Либроком 2010.

4. Немеровский А. Пластическая выразительность актера. – М., 1976.

5. Секреты гибкости: Полная амплитуда движений. Пер. с англ.

6. Спорт, музыка, грация. Художественная гимнастика. М., Физкультура и спорт, 1984.

7. Спортивная акробатика: Учебник для ин-тов физ. культ. Под ред. В.П. Коркина. М., Физкультура и спорт, 1981, 238 с., ил.

8. Физкультура для всей семьи. Сост. Козлова Т.В., Рябухина Т.А. М., Физкультура и спорт, 1990, 463с., ил., серия «Библиотека для родителей».

9. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. Часть 4, главы 1, 4. – М.: Генезис, 1999.

**3.3. Информационно-телекоммуникационные ресурсы сети интернет**

http://www.fizkult-ura.com/

http://www.horeograf.com/texnika-tanca/teoriya-i-metodika-prepodavaniya-klassicheskogo-tanca.htm

http://journals.tsu.ru/uploads/import/861/files/348-115.pdf

http://www.ruscircus.ru/ganr/circ.shtml

http://klounnet.narod.ru/work.htm

http://ruscircus.ru/ (В мире цирка и эстрады);

http://www.circus.spb.ru (сайт Большого Санкт-Петербургского Государственного цирка);

http://www.circus.ru/ (Росгосцирк Министерство культуры Российской Федерации);

http://www.circus-tv.ru Цирк.ТВ.

## 4. ПРИЛОЖЕНИЯ

**Приложение 1**

**Критерии оценки достижений учащихся**
**в ходе освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**
**физкультурно-спортивной направленности ««Каскад kids»»**
Группа № ___ (год обучения _____)

| № п/п | ФИ учащегося | Освоение программы | | | Творческая активность | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Качество самостоятельной работы | Устойчивость интереса к предмету | Точность и грамотность выполнения задания | Активность на занятии | Творческий подход к выполнению заданий |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

**Освоение программы**

1.Качество самостоятельной работы:
0-очень низкий уровень
1-уровень ниже среднего
2-средний уровень
3-уровень выше среднего
4-высокий уровень
2.Устойчивость интереса к предмету:
0-не устойчивый
1-слабо устойчивый
2-средний
3-устойчивый
4-очень устойчивый

3.Точность и грамотность выполнения задания:
0-очень низкая
1-низкая
2-средняя
3-высокая
4-очень высокая

**Творческая активность**

1.Активность на занятии:
0-очень низкая
1-низкая
2-средняя
3-высокая
4-очень высокая
2.Творческий подход к выполнению заданий:
0-очень низкий
1-низкий
2-средний
3-высокий
4-очень высокий
3. Умение прогнозировать результаты своей деятельности:
0-нет
1-скорее нет
2- иногда
3-скорее да
4-да

**Приложение 2**

**Мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения дополнительной образовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Каскад kids»**

| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Возможное кол-во баллов | Методы диагностики |
|---|---|---|---|---|
| **I.Организационно-волевые качества:** | | | | |
| *1. Терпение* | *Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности* | - терпения хватает меньше чем на ½ занятия;<br>- терпения хватает больше чем на ½ занятия;<br>- терпения хватает на все занятие; | 1<br>5<br>10 | Наблюдение |
| *2. Воля* | *Способность активно побуждать себя к практическим действиям* | - волевые усилия ребенка побуждаются извне;<br>- иногда – самим ребенком<br>- всегда – самим ребенком | 1<br>5<br>10 | |
| *3. Самоконтроль* | *Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)* | - ребенок постоянно находится под воздействием контроля извне;<br>- периодически контролирует себя сам<br>- постоянно контролирует себя сам | 1<br>5<br>10 | |
| **II.Ориентационные качества:** | | | | |
| *2.1. Самооценка* | *Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям* | - завышенная;<br>- заниженная;<br>- нормальная | 1<br>5<br>10 | Анкетирование |
| | *Осознанное участие ребенка в освоении* | - интерес к занятиям продиктован ребенку извне; | 1<br>5 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| *2.2. Интерес к занятиям в студии* | *образовательной программы* | - интерес периодически поддерживается самим ребенком;<br>- интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно | 10 | Тестирование |
| **III. <u>Поведенческие качества:</u>** | | | | |
| *3.1. Конфликтность* (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)<br><br>*3.2. Тип сотрудничества* (отношение ребенка к общим делам детского объединения) | *Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации*<br><br>*Умение воспринимать общие дела, как свои собственные* | - периодически провоцирует конфликты<br>- сам в конфликтах не участвует, старается их избежать<br>- пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты<br><br>- избегает участия в общих делах;<br>- участвует при побуждении извне;<br>- инициативен в общих делах | 0<br>5<br>10<br><br>0<br>5<br>10 | Тестирование, метод незаконченного предложения<br><br>Наблюдение |

**Приложение 3**

## Социометрия

**Цель:** изучить состояние эмоционально-психологических отношений в детской общности и положение в них каждого ребенка.

**Необходимо для проведения**. Каждый учащийся должен иметь бланк с таким текстом: «Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

1. Если бы у тебя была возможность пригласить кого-либо из учащихся своего класса к себе на день рождения, то кого ты пригласил(а) бы? (Здесь и к следующим трем вопросам укажи фамилию и имя этого человека.)
2. А кого пригласил(а) бы на день рождения в последнюю очередь?
3. Кому ты доверишь свою тайну?
4. Кому никогда не доверишь свою тайну?

Спасибо!»

**Ход проведения**.

Исследователь задает поочередно четыре вопроса, которые являются критериями выбора (два положительных и два отрицательных выбора). Каждый из испытуемых, отвечая на них, записывает на бланке ниже предлагаемого вопроса фамилии трех человек, которым он отдает свои выборы. При этом первым указывается тот учащийся, кому испытуемый отдает свои наибольшие симпатии (антипатии – при отрицательных критериях-вопросах), затем записываются фамилии тех, кому отдается предпочтение во вторую и третью очередь. При ответе на разные вопросы фамилии выбранных учащихся могут повторяться (об этом следует сказать испытуемым). После выполнения задания исследователь и испытуемые должны проверить: названы ли после каждого вопроса фамилии трех человек. Правильное выполнение задания облегчает обработку результатов эксперимента.

Обработка и интерпретация полученных данных. На основании полученных результатов составляется матрица.

***Матрица социометрических положительных выборов***

| **Фамилия, имя** | **Критерии выбора** | **Кого выбирают** | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |

**Приложение 4**

**Информационная карта результатов участия учащихся в конкурсах, фестивалях и выставках разного уровня**

Ф.И.О. учащегося_____
Возраст_____
Год обучения_____
Дата заполнения карты_____

| № | Формы предъявления достижений | Уровень образовательного учреждения | | | Региональный и муниципальный уровни | | | Международный и федеральный уровни | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Участие | Призер, дипломант | Победитель | Участие | Призер, дипломант | Победитель | Участие | Призер, дипломант | Победитель |
| | | 1 б. | 2 б. | 3 б. | 1 б. | 2 б. | 3 б. | 1 б. | 2 б. | 3 б. |
| 1. | Конкурсы | | | | | | | | | |
| 2. | Выставки | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3. | Фестивали | | | | | | | | | |
| 4. | Творческие выступления | | | | | | | | | |
| 5. | Другое | | | | | | | | | |
| Общая сумма баллов: | | | | | | | | | | |

В соответствии с результатами участия учащегося в мероприятиях различного уровня выставляются баллы. По сумме баллов определяется рейтинг учащихся. Выявление и анализ результатов следует проводить 2 раза в год (в середине и в конце учебного года).

**Приложение 5**

**Викторина «Удивительный цирк»**

1.Как переводится с французского языка слово «аттракцион»?

а. **Притяжение** (правильный ответ)

б. Соединение

в. Тяга

2. Имя какого традиционного персонажа цирка переводится с латинского как «нерасторопный простофиля, деревенщина»?

а. Жонглер

б. **Клоун** (правильный ответ)

в. Акробат

3. От какой геометрической фигуры произошло слово «цирк»?

а. Квадрат

б. Овал

в. **Круг** (правильный ответ)

4. Кто в русском цирке впервые начал дрессировать животных?

а. **Братья Дуровы** (правильный ответ)

б. Маргарита Назарова

в. Ларита Магомедова

5. О каком российском артисте говорили: «клоун с осенью в сердце»?

а. **Леонид Енгибаров** (правильный ответ)

б. Юрий Никулин

в. Эдгард Запашный

6. Когда в Кирове был открыт Государственный цирк?

а. 22 марта 1968 года

б. **24 декабря 1977 года** (правильный ответ)

в. 15 июня 1963 года

7. Какие животные на арене Кировского цирка исполняли номера в 8 тоннах поваренной соли?

а. **Дельфины и морские котики** (правильный ответ)

б. Выдра и бегемот

в. Касатка и дальневосточные сивучи

8. Сколько метров составляет диаметр всех цирковых манежей?

а. **13 метров** (правильный ответ)

б. 15 метров

в. 11 метров

9. Клоунам в цирке запрещено есть семечки перед представлением. С чем связан запрет?

а. **Боятся, что упадут цирковые сборы труппы** (правильный ответ)

б. Верят в примету: «Над сытым клоуном не смеются!»

в. Крупные животные не переносят запах семечек и перестают поддаваться дрессировке

10. Какой из нижеперечисленных цирковых номеров занесен в Книгу рекордов Гиннесса в 1904 г?

а. **Выступление на арене с 70 белыми медведями одновременно** (правильный ответ)

б. Прыжок в бассейн с высоты 67 метров

в. Нахождение в клетке с 16 уссурийскими тиграми

11. Назовите самое большое число зрителей, которую собрала труппа в цирке Шапито на свое представление в 1924 г?

а. 22 153 человека

б. 10 679 человек

в. **16 702 человека** (правильный ответ)

12. Сколько цирковых артистов насчитывается в России?

а. 15 **000** (правильный ответ)

б. 22 000

в. 42 000

13. Как называется крыша здания цирка?

а. Шалаш

б. **Шапито** (правильный ответ)

в. Шатер

14. Как между артистами цирка принято называть ведущего представления?

а. Шталшпрехмейстер

б. Мейстершпрех

в. **Шпрехшталмейстер** (правильный ответ)

15. Какое прозвище было у известного российского клоуна Михаила Румянцева?

а. **Карандаш** (правильный ответ)

б. Дядя Миша

в. Жорик

**Приложение 6**

## Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Мероприятие | Сроки проведения | Место проведения | Ответственный |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Планируется участие (выступления) в концертной программе регионального Чемпионата профессионального мастерства среди инвалидов и лиц с ОВЗ «Абилимпиикс» | сентябрь-октябрь 2023 | г. Липецк | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 2 | Планируется участие в международном конкурсе-фестивале детского, юношеского и взрослого творчества «Звездочки России» | учебный год (по графику фестиваля) | г. Воронеж, ДК «Железнодорожников» | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 3. | Планируется участие в международном конкурсе «Ветер перемен» | согласно графику проведения конкурсов | г. Москва или г. Воронеж | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 4. | Участие в международных конкурсах проводимых продюсерским Центром «Бэст» | согласно графику проведения конкурсов | г. Москва или г. Воронеж | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 5. | Планируется участие во Всероссийских Дельфийских играх России | ноябрь-декабрь (отборочный тур); | г. Липецк (отборочный этап) | п.д.о. Арбузова М.В. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 6. | Планируется участие в городском фестивале детского и юношеского творчества «Жар птица» | согласно утверждённому графику организаторов конкурса | г. Липецк | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 7. | Планируется участие в городских праздниках и фестивалях | согласно утверждённому графику организаторов | г. Липецк | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 8. | Планируется участие в конкурсах различного уровня: цирковой, спортивной и хореографической направленности | согласно утверждённому графику организаторов | г. Липецк | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 9. | Планируется участие цирковой студии в мероприятиях и праздниках ЦРТ «Левобережный» | согласно утверждённому графику ЦРТ | г. Липецк, ул. Невского, д. 2 | п.д.о. «Левобережный» |
| 10. | Проведение открытых занятий и мастер классов цирковой студии «Каскад» по спортивным тематикам: «Я люблю цирк»- для детей студии; «Здоровый позвоночник»- для родителей студийцев | октябрь 2023<br><br>ноябрь 2023 | г. Липецк, ул. Невского, д. 2 | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 11. | Планируется участие в фестивале Доброго творчества для детей с ОВЗ | май 2024 | | п.д.о. Арбузова М.В. |
| 12. | Планируется отчетный концерт студии «Каскад» | май 2024 | ДК «Рудничный» г. Липецка | п.д.о. Арбузова М.В. |