



ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА

ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА «ПИОНЕР»

«Согласовано»

Заведующий по учебно-воспитательной работе

В.И. Гаврилова

«14» августа 2023г.

Гимнастика

Рабочая программа

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Цирковое искусство в театральном образе»

Группа 7ПГ (стартовый уровень)
Цирковая студия «Арлекин»

Срок реализации программы: 1 сентября – 31 мая
Кол-во учебных недель: 36

Всего академических часов
по учебному плану: 36

Кол-во ч/нед: 1

Педагог:

Непочатых Е.С., педагог первой
квалификационной категории

Проверил:

Малахова Е.П.,
методист центра эстетического
воспитания «Арт-парк»

(подпись)

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

1. Область применения программы

Рабочая программа, является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по цирковому искусству, художественной направленности «Цирковое искусство в театральном образе» по предмету «Гимнастика», предназначена для детей от 5 до 6 лет.

Нормативный срок освоения рабочей программы: 1 год в объеме 72 часа. Программа реализуется на стартовом уровне сложности. Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу.

Описание рабочей программы:

Предмет «Гимнастика» является одним из профилирующих предметов циркового искусства, ставит задачу формирования у учащихся специальных двигательных навыков, достижения гармоничного развития физических способностей. Занятия гимнастикой развивают гибкость, способствует формированию правильной осанки, устойчивости, укреплению суставно-двигательного и связочного аппарата, развитию определённых групп мышц, выносливости.

На стартовом этапе обучающиеся познакомятся с цирком, как видом искусства, приобретут начальные навыки гимнастики, навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины.

На стартовый уровень программы принимаются обучающиеся без предъявления каких-либо специальных требований к их знаниям, умениям, навыкам и подготовке, без медицинских противопоказаний.

Полученные знания воспитанники продемонстрируют на открытых занятиях.

Форма обучения – очная.

Форма реализации - с применением дистанционных образовательных технологий. Обучение осуществляется на основе цифровых образовательных ресурсов, разрабатываемых с учетом требований законодательства.

Цель программы:

Приобщение максимального числа детей к цирковому искусству. С помощью гимнастических движений познакомить воспитанников с основами циркового искусства, дать понятие элементарных умений, знаний и навыков исполнительства, подготовить физический аппарат к нагрузкам.

Задачи дисциплины/уровня освоения/модуля:

Основные задачи обучения на стартовом уровне:

- Привитие учащимся навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины.
- Освоение элементов актёрского мастерства;
- Освоение основных акробатических элементов в различных подвидах акробатики;
- Знакомство детей с видами циркового и театрального искусства;

Развивающие:

- Развитие творческих способностей и творческого воображения детей;
- Развитие коммуникативных навыков;

- Создание условий для развития памяти, внимания, воображения, координации, пластичности;
- Развитие двигательных качеств - ловкости, координации, силовых качеств, ориентировки в пространстве, сохранения равновесия;
- Создание условий для общего физического развития воспитанников и укрепления их здоровья.

Воспитательные:

- Нравственное воспитание. Формирование общей культуры личности ребенка;
- Формирование устойчивого интереса к цирковому искусству;
- Формирование положительной мотивации для занятий в цирковой студии;
- Включение воспитанников в социально- культурные отношения.

2. Ожидаемые результаты:

Образовательные:

- правила поведения и технику безопасности во время занятий по цирковому искусству;
- понятие «цирк» и историю его возникновения;
- цирковую терминологию;
- основы актерского мастерства;

Развивающие:

- выразить эмоционально-зримые образы заданного персонажа посредством пластики тела;
- создавать визуальный образ с помощью грима и костюма;
- точно воспроизводить и выполнять преподаваемый материал;
- владеть основными элементами циркового мастерства;

Воспитательные:

- иметь интерес к занятиям творческого характера, готовность к познанию и созиданию;
- иметь творческий характер мышления, творческий потенциал личности;
- иметь позитивный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности.

- 3. Контроль усвоения теоретического материала на стартовом уровне осуществляется путем проведения открытых уроков.**

Календарно-тематический план
Группа 7 ПГ Пн. 18.05 – 18.50

Мес яц	№ занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Раздел подготовки, тема	Форма текущего контроля	Примечания
СЕНТЯБРЬ	1 занятие	групповая	1	Инструктаж по ТБ. Знакомство с жанром. Разминка.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	2 занятие	групповая	1	Разминка, наклоны на ноги, растяжка на шпагаты, упражнения для стоп		
	3 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения для стоп, прогибы назад, вращение обруча		
ОКТАБРЬ	4 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения для стоп, прогибы назад,	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	5 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения для стоп, прогибы назад, вращение обруча		
	6 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, прогибы назад, упражнения коробочка		
	7 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, прогибы назад, упражнения коробочка		
	8 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, вращение обруча		
НОЯБРЬ	9 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	10 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч		
	11 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, укрепление мышц рук.		
ДЕКАБРЬ	12 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, укрепление мышц рук, вращение обруча	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	13 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, укрепление мышц рук, стойка на мостике		
	14 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, укрепление мышц рук, стойка на мостике		
	15 занятие	групповая	1	Открытое занятие, аттестация учащихся		
ЯНВАРЬ	16 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, укрепление мышц рук, стойка на мостике, упражнения лодочка, вращение обруча	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	17 занятие	групповая	1	Повторный инструктаж по технике безопасности. Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч		
	18 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, стойка на мостике, упражнения на равновесие с прогибом назад		
ФЕВРАЛЬ	19 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, укрепление мышц рук, стойка на мостике	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	20 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, стойка на мостике, вращение обруча		
	21 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, стойка на мостике с поднятой рукой вверх		
ФЕВРАЛЬ	22 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на равновесие,	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	
	23 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч,		

				упражнения не в равновесие, стойка жирафа			
24 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на равновесие, вращение обруча				
25 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на координацию, стойка на мост с колен				Педагогическое наблюдение, проверочные задания
26 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на координацию, стойка на мост с колен				
27 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на пресс, отжимание				
28 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на пресс, вращение обруча				
29 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения на пресс, отжимание				Педагогическое наблюдение, проверочные задания
30 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения со скакалкой				
31 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения со скакалкой				
32 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения с обручем				
33 занятие	групповая	1	Разминка, растяжка на шпагаты, упражнения на гибкость спины и плеч, упражнения с обручем				Педагогическое наблюдение, проверочные задания
34 занятие	групповая	1	Разминка, закрепление пройденного материала; шпагаты, мосты, корзинка, ласточка, жираф,				
35 занятие	групповая	1	Открытое занятие, аттестация учащихся				
36 занятие	групповая	1	Повторение и закрепление пройденного материала				Показательные выступления Анализ творческих достижений
		МАРТ					
		АПРЕЛЬ					
		МАЙ					