



**ПИОНЕР**

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.

### Эквилибристика

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

Группа 6В (продвинутый уровень)  
Цирковая студия «Арлекин»


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

Всего академических часов  
по учебному плану: 72

Кол-во ч/нед: 2

Педагог:  
Непочатых В.А., педагог высшей  
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 «Эквилибристика», предназначена для детей от 12 лет.

Нормативный срок освоения рабочей программы: 1 год в объеме 72 часа. Программа реализуется на продвинутом уровне сложности. Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа.

#### **Описание рабочей программы:**

Предмет «Эквилибристика» развивает быстроту реакции, чувство координации, быстроту движения, подготавливает физический аппарат к выполнению сложных трюков. Формируется умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, воспитывается культура общения с партнером, эмоциональная отзывчивость, артистичность.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей учащихся, что позволяет наиболее полно раскрыть индивидуальные особенности и развить навыки исполнительского мастерства каждого из учащихся. Форма занятий групповая.

Полученные знания и умения воспитанники демонстрируют на открытых уроках и отчетных выступлениях.

**Форма обучения** – очная.

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

#### **Цель программы:**

Приобретение навыка удерживать равновесие при неустойчивом положении тела - на проволоке, на канате, на руках, на голове, на катушках, на бутылках, на стуле, на шаре.

#### **Задачи дисциплины/уровня освоения/модуля:**

##### **Основные задачи обучения на продвинутом уровне:**

- Совершенствовать, развивать и закреплять специальные координационные навыки и умения.
- Развить воображение и артистизм
- сформировать устойчивый познавательный интерес к истории развития циркового искусства;
- укрепление здоровья, закаливание, повышение работоспособности учащихся цирковой студии, стремление к физическому совершенствованию;

##### **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:

- показать навыки грамотного и выразительного владения техникой тела и артистизм;
- продемонстрировать высокий уровень координации, пространственной ориентации, музыкальности, навыки эмоционально-художественного исполнения;
- иметь хорошо развитые физические данные, крепкую память, волю, мышечную силу, двигательную активность, устойчивость в статике и динамике, выносливость;
- владеть терминологией и основными понятиями циркового искусства;
- знать методику и технику исполнения упражнений, и уметь качественно их исполнять;
- показать технику и навыки владения с различным цирковым оборудованием и реквизитом в сочетании с музыкальным сопровождением;

### Развивающие:

- выразить эмоционально-зримые образы заданного персонажа посредством пластики тела;
- точно воспроизводить и выполнять преподаваемый материал;
- владеть основными элементами циркового мастерства;
- обладать эстетическим воспитанием, хорошей манерой, ощущать стиль и пластику, иметь развитый художественный вкус и чувство меры.

### Воспитательные:

- иметь интерес к занятиям творческого характера, готовность к познанию и созиданию;
3. Контроль усвоения теоретического материала на продвинутом уровне осуществляется путем проведения открытых уроков

**Календарно-тематический план  
6В Пт. 18.05-18.50, 19.00-19.45**

Мес яц	№ занятия	Форма занятия	Кол- во часо в	Раздел подготовки, тема	Форма текущего контроля	Примечания
СЕНТЯБРЬ	1 занятие	групповая	2	Инструктаж по ТБ. Катушки. Повторение пройденного материала	Педагогическое наблюдение	
	2 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на трёх катушках жонглирование 3 мячами	Педагогическое наблюдение	
	3 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на трёх катушках жонглирование 3 кольцами	Педагогическое наблюдение	
	4 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на трёх катушках жонглирование 3 булавами	Педагогическое наблюдение	
ОКТАБРЬ	5 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх катушках	Педагогическое наблюдение	
	6 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх катушках жонглирование 3 мячами	Педагогическое наблюдение	
	7 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх катушках жонглирование 3 кольцами	Педагогическое наблюдение	
	8 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх катушках жонглирование 3 булавами	Педагогическое наблюдение	
НОЯБРЬ	9 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на пяти катушках	Педагогическое наблюдение	
	10 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх пяти катушках жонглирование 3 мячами	Педагогическое наблюдение	
	11 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх пяти катушках жонглирование 3 кольцами	Педагогическое наблюдение	
	12 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на четырёх пяти катушках жонглирование 3 булавами	Педагогическое наблюдение	
ДЕКАБРЬ	13 занятие	групповая	2	Балансировка с предметом. Повторение пройденного материала	Педагогическое наблюдение	
	14 занятие	групповая	2	Разминка, удержание трости в балансе на подбородке, носу, лбу, жонглирование 1,2,3 предметами	Педагогическое наблюдение	
	15 занятие	групповая	2	Открытое занятие, аттестация учащихся	показательные выступления	
	16 занятие	групповая	2	Разминка, удержание трости в балансе на подбородке, носу, лбу, жонглирование 1,2,3 предметами	Педагогическое наблюдение	
ЯНВ	17 занятие	групповая	2	Инструктаж по ТБ. Свободная проволока. Повторение пройденного материала	Педагогическое наблюдение	
	18 занятие	групповая	2	Разминка, стойка на проволоке на коленях, передний	Педагогическое наблюдение	

				баланс					
19 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке на коленях, передний баланс	Педагогическое наблюдение				
20 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке, боковой баланс жонглирование 1,2,3 мячами	Педагогическое наблюдение				
21 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке, боковой баланс жонглирование 1,2,3 кольцами	Педагогическое наблюдение				
22 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке, боковой баланс жонглирование 1,2,3 булавами	Педагогическое наблюдение				
23 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке на двух ногах, передний баланс жонглирование 1,2,3 мячами	Педагогическое наблюдение				
24 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке на двух ногах, передний баланс жонглирование 1,2,3 кольцами	Педагогическое наблюдение				
25 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке, боковой баланс вращение 1 обруча на талии, руке, шее	Педагогическое наблюдение				
26 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на проволоке, передний баланс вращение 1 обруча на талии, руке, шее	Педагогическое наблюдение				
27 занятие	групповая		2	Эквилибристика на руках. Повторение пройденного материала	Педагогическое наблюдение				
28 занятие	групповая		2	Разминка, отжимание в стойке на руках возле стенки.	Педагогическое наблюдение				
29 занятие	групповая		2	Разминка, прямая стойка на руках в тростях в поддержке с партнёром	Педагогическое наблюдение				
30 занятие	групповая		2	Разминка, прямая стойка на руках в тростях	Педагогическое наблюдение				
31 занятие	групповая		2	Разминка, прямая стойка на руках в тростях	Педагогическое наблюдение				
32 занятие	групповая		2	Разминка, стойка на руках с прогнутой спиной в шпагате	Педагогическое наблюдение				
33 занятие	групповая		2	Повторение пройденного материала	анализ творческих достижений				
34 занятие	групповая		2	Постановки номеров. Репетиции	анализ творческих достижений				
35 занятие	групповая		2	Открытое занятие, аттестация учащихся	показательные выступления				
36 занятие	групповая		2	Постановки номеров. Репетиции	анализ творческих достижений				
ФЕВРАЛЬ									
МАРТ									
АПРЕЛЬ									
МАЙ									