

Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы
Государственное бюджетное учреждение города Москвы
Центр содействия семейному воспитанию
«Школа циркового искусства имени Ю.В.Никулина»

Рекомендована Решением

Педагогического совета

Протокол № 1

«14» марта 2019 г.

«Утверждаю»
Директор
Ю.В. Акопянц И.А.
«14» марта 2019 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
(модифицированная)**

Направленность программы: художественная

Название программы: **Жонглирование
(базовый уровень)**

Возраст детей, на которых рассчитана дополнительная программа: 8-18 лет.

Срок реализации: 1 год

Разработчики программы: Акопянц И.А., Кузнецова Т.Д., Биляуэр В.К.

Москва, 2019г.

Содержание

| | | |
|--|--|-----------|
| | Пояснительная записка | 3 |
| | Планируемые результаты | 5 |
| | Оценочные материалы | 5 |
| | Учебный план | 6 |
| | Содержание программы | 7 |
| | Календарный учебный график | 9 |
| | Календарно-тематическое планирование | 9 |
| | Организационно-педагогические условия реализации программы. Материально-техническое обеспечение. Методическое обеспечение | 10 |
| | Список рекомендуемой литературы | 13 |

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Жонглирование» (далее – Программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» № 196 от 09.11.2018г.

- приказом Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 года №922 «О мерах по реализации дополнительного образования детей» (в ред. Приказов ДО г.Москвы от 7 августа 2015 г.№1308, от 8 сентября 2015 №2074) и предполагает базовый уровень обучения жонглированию,

- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных программ Государственного бюджетного учреждения города Москвы Центра содействия семейному воспитанию «Школа циркового искусства имени Ю.В.Никулина» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Жонглирование» является программой художественной направленности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Жонглирование» составлена на основе:

- программы Н.Э. Баумана по преподаванию жонглирования в Государственном училище циркового и эстрадного искусства им. М.Н.Румянцева (Карандаша),

- Примерной программы по учебному предмету ПО.01.УП.03. Жонглирование, разработанной И.Н.Новак, заместителем директора по учебно-воспитательной работе Государственного училища циркового и эстрадного искусства имени М.Н.Румянцева (Карандаша) и Л.А.Кирилловой, преподавателем Государственного училища циркового и эстрадного искусства имени М.Н. Румянцева (Карандаша), заслуженным работником культуры Российской Федерации.

Жонглирование – это умение человека организовывать различные сочетания и чередование полетов, находящихся в воздухе предметов, как однородной формы, так и различных по конфигурации.

Жонглирование является зеркалом работоспособности, заложенной в человеке природой, так как только многократное повторение дает возможность доведения этих умений до высоко организованной координации.

Владение приемами жонглирования необходимо для всех жанров, так как эти занятия вырабатывают быстроту движений, предельную ловкость, точность глазомера, мгновенную реакцию, развитое чувство ритма – все то, что крайне необходимо для артиста любого жанра цирка.

Жонглирование имеет различные направления: жонглеры-эквилибристы, силовые жонглеры, салонные жонглеры, групповые жонглеры и т.д.

Жонглирование – жанр наиболее доступный для занятий в самодеятельных цирковых коллективах, не требующих специальных помещений.

Занятия жонглированием обеспечивают детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, психолого-педагогическую реабилитацию, оздоравливающий эффект, развивают мелкую моторику рук, способствуют преодолению педагогической запущенности, воспитывают трудолюбие, настойчивость, ответственность перед педагогами и партнерами.

Преподавание жонглирования в ГБУ ЦССВ имени Ю.В.Никулина входит в перечень основных предметов в отделении дополнительного образования по профилю «Цирковое искусство».

При составлении программы учитывались следующие факторы:

- Отсутствие специального отбора детей в ГБУ ЦССВ имени Ю.В.Никулина;
- Физические особенности детей-сирот;
- Комплектование в течение всего года;
- Недопущение перегрузок воспитанников в процессе освоения предмета.

Систематическая работа по обучению воспитанников ГБУ ЦССВ имени Ю.В.Никулина навыкам жонглирования, высокий уровень подготовки концертных номеров в жанре жонглирования, результаты участия воспитанников в творческих фестивалях и конкурсах разного уровня, ежегодное успешное поступление выпускников ГБУ ЦССВ имени Ю.В.Никулина в ГУЦЭИ и другие учебные заведения творческой направленности, позволяют сделать вывод о дальнейшем практическом применении программы по жонглированию в условиях центра содействия семейному воспитанию.

Цель программы.

Овладение основными навыками техники жонглирования.

Задачи программы.

Обучающие задачи:

- формирование двигательных умений и навыков;
- формирование физической основы для дальнейшего освоения навыков жонглирования;
- подготовка учебного циркового номера с основных навыков жонглирования.

Развивающие задачи:

- развитие быстроты реакции;
- развитие чувства координации;
- развитие быстроты движения;
- работа над координацией движений воспитанников, развитие памяти на движения, мелкой моторики мышц;
- развитие творческих способностей воспитанников ГБУ ЦССВ имени Ю.В.Никулина.

Воспитательные задачи:

- формирование у обучающихся желания заниматься цирковым искусством;
- укрепление здоровья воспитанников ГБУ ЦССВ имени Ю.В.Никулина, привитие навыков личной гигиены;
- привитие обучающимся, навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: 8-18 лет.

Сроки реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы **на базовом уровне:** 1 год – 3 часа в неделю.

Форма проведения занятий: групповая (мелкогрупповая).

Данная Программа может использоваться для индивидуального обучения цирковой дисциплине «Жонглирование» на базовом уровне.

Продолжительность занятия: 45 минут.

Планируемым результатом реализации Программы на ознакомительном уровне является овладение основной техникой жонглирования одной или двумя руками тремя/четырьмя предметами (реквизитом): мячами, булавами, кольцами, тросточкой, умение держать баланс.

Система оценки результатов освоения обучения Дополнительной общеразвивающей программы «Жонглирование» включает в себя уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития воспитанников, включающий индивидуальные качества и личностный рост.

Порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации: промежуточный контроль проводится в течение учебного периода и заключается в участии воспитанников в различных мероприятиях.

Итоговая аттестация проводится в конце обучения по программе.

Форма проведения итоговой аттестации: зачет.

Оценочные материалы

При определении уровня освоения воспитанниками Дополнительной общеразвивающей программы «Жонглирование» на базовом уровне педагог использует зачетную систему оценки. «Зачет» отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Критериями оценки результативности обучения воспитанников являются:

- критерии оценки уровня теоретической подготовки воспитанников (соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям; широта кругозора; свобода восприятия теоретической информации; развитость практических изменений работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии);

- критерии оценки уровня практической подготовки воспитанников (соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям; свобода владения специальным оборудованием и оснащением; качество выполнения практического задания; технологичность практической деятельности);

- критерии оценки уровня развития и воспитанности воспитанников (культура организации практической деятельности: культура поведения; аккуратность и ответственность при работе; развитость специальных способностей; творческая активность).

Учебный план

| №№ | Наименование тем и разделов | Всего часов | Формы аттестации (контроля) |
|----|---|-------------|---------------------------------|
| 1. | Жонглирование тремя шарами обеими руками | 12 | Наблюдение |
| 2. | Перебрасывание двух булав двумя руками встречным полетом | 12 | Наблюдение |
| 3. | Повторение пройденных упражнений | 8 | Наблюдение |
| 4 | Жонглирование тремя булавами двумя руками встречным полетом | 15 | Наблюдение |
| 5 | Промежуточная аттестация | 1 | Выполнение практических заданий |
| 6 | Балансирование палки на лбу | 15 | Просмотр |
| 7 | Жонглирование четырьмя кольцами | 15 | Просмотр |
| 8 | Жонглирование тремя шарами полускадом и каскадом | 15 | Наблюдение |
| 9 | Жонглирование тремя шарами полускадом – с обеих рук | 15 | Просмотр |

| | | | |
|----|-----------------------------------|-----|------------|
| 10 | Итоговая аттестация | 1 | Зачет |
| 11 | Жонглирование тремя кольцами | 10 | Наблюдение |
| 12 | Крутка и жонглирование тросточкой | 7 | Наблюдение |
| | Всего: | 126 | Просмотр |

Содержание программы

Педагогам, приобщающим воспитанников к жанру жонглирования, необходимо в процессе всего обучения обращать внимание на достижение полной мышечной свободы, строгое соблюдение последовательности и положений при выполнении упражнений, как обязательного условия овладения мастерством жонглирования.

1. Жонглирование тремя шарами обеими руками.

Выполняется также как и подбрасывание двух шаров. Шары должны подниматься чуть выше головы учащегося, летя по дугообразной траектории;

2. Жонглирование тремя шарами полукаскадом одной рукой.

Жонглируя тремя шарами, исполнитель, не останавливаясь, начинает бросать шар из правой руки в левую, так чтобы он летел не под шар, брошенный из левой руки, а над ним, для этого шар надо подкидывать немного выше, чтобы он не столкнулся со встречным шаром. Летящие шары образуют две встречные дуги;

3. Жонглирование тремя шарами полукаскадом двумя руками.

Учащийся левой рукой начинает бросать шар так же, как правой, то есть не под шар, летящий из правой руки, а над ним. Выполняя данный пассаж, учащийся ловит шары не в верхней точке траектории полета, а в нижней точке;

4. Переброска двух булав из руки в руку.

Броски проводят не в темп, а по очереди. Булава, брошенная левой рукой, должна лететь навстречу булаве, брошенной правой рукой, с ее внутренней стороны, пересекая линию полета.

5. Жонглирование тремя булавами.

На ладонь правой руки кладутся две булавы. Первой выбрасывается булава из правой руки, а затем продолжаются броски так же, как и при жонглировании двумя булавами обеими руками;

6. Палка для баланса на лбу, плече, ноге, руке должна быть высотой 1 м 30 см - 1 м 50 см с тяжестью на верхнем конце. Это облегчает и ускоряет освоение баланса. Палку надо поставить в центре лба, запрокинув голову назад, чтобы лоб образовал горизонтальную площадку, руки развести в стороны на уровне плеч, корпус прямой, искать баланс надо за счет движения шеи, и только в случае необходимости можно сходить с места, чтобы не дать палке упасть со лба. Научившись балансировать палку, можно переходить на балансирование на лбу булавы.

7. Крутка и жонглирование тросточкой

Учащийся берет в правую руку тросточку так, чтобы она легла на кончики мизинца, безымянного, среднего и указательного пальцев. Сверху тросточка придерживается большим пальцем. Затем толчком большого пальца учащийся пропускает тросточку между средним и указательным пальцами, а безымянный и мизинец сгибает, чтобы не мешать вращению тросточки. После того как тросточка пройдет между средним и указательным пальцами, исполнитель выпрямляет безымянный палец. Теперь тросточка должна пройти между средним и безымянным пальцами. Затем надо убрать средний палец и подхватить тросточку мизинцем, чтобы она оказалась между безымянным пальцем и мизинцем. Толкнув тросточку мизинцем, учащийся подхватывает ее указательным пальцем так, чтобы тросточка опять попала между указательным и средним пальцами, после этого весь путь тросточки повторяется сначала.

Календарный учебный график

| Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Всего учебных дней | Кол-во учебных часов (в год) | Режим занятий |
|--|---|----------------------|--------------------|------------------------------|------------------------------------|
| Дата перевода обучающегося на базовый уровень обучения | Программа реализуется в течение 1 года с даты перевода обучающегося на базовый уровень обучения | 42 | 126 | 126 | 3 раза в неделю по 1 учебному часу |

Календарно-тематический план

| № занятия | Дата проведения | Наименование тем и разделов | Форма занятия | Всего часов |
|-----------|-----------------|---|------------------------------|-------------|
| 1-12 | | Жонглирование тремя шарами обеими руками | Учебно-тренировочное занятие | 12 |
| 13-24 | | Перебрасывание двух булав двумя руками встречным полетом | Учебно-тренировочное занятие | 12 |
| 25-32 | | Повторение пройденных упражнений | Учебно-тренировочное занятие | 8 |
| 33-47 | | Жонглирование тремя булавами двумя руками встречным полетом | Учебно-тренировочное занятие | 15 |
| 48 | | Промежуточная аттестация | Занятие | 1 |

| | | | | |
|---------|--|---|------------------------------|-----|
| 49-63 | | Балансирование палки на лбу | Учебно-тренировочное занятие | 15 |
| 64-78 | | Жонглирование четырьмя кольцами | Учебно-тренировочное занятие | 15 |
| 79-93 | | Жонглирование тремя шарами полукаскадом и каскадом | Учебно-тренировочное занятие | 15 |
| 94-108 | | Жонглирование тремя шарами полукаскадом – с обеих рук | Учебно-тренировочное занятие | 15 |
| 109 | | Итоговая аттестация | Зачет | 1 |
| 110-119 | | Жонглирование тремя кольцами | Учебно-тренировочное занятие | 10 |
| 120-126 | | Крутка и жонглирование тросточкой | Учебно-тренировочное занятие | 7 |
| | | Всего: | | 126 |

Организационно-педагогические условия

Материально-техническое обеспечение реализации Программы

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Требования к учебным аудиториям, предназначенным для реализации Программа «Жонглирование», и оборудованию:

- учебное помещение – высота не менее 5 м с хорошим освещением;
- помещение для хранения реквизита;
- шары - 30 шт.;

- кольца – 30 шт.;
- булавы – 30 шт.;
- трости, шляпы, тарелочки и прочий реквизит используется по мере необходимости.

2. Методические рекомендации

Жонглирование шарами

- *жонглирование тремя шарами обеими руками.*

Выполняется также как и подбрасывание двух шаров. Шары должны подниматься чуть выше головы учащегося, летя по дугообразной траектории;

- *жонглирование тремя шарами полукаскадом одной рукой.*

Жонглируя тремя шарами, исполнитель, не останавливаясь, начинает бросать шар из правой руки в левую, так чтобы он летел не под шар, брошенный из левой руки, а над ним, для этого шар надо подкидывать немного выше, чтобы он не столкнулся со встречным шаром. Летящие шары образуют две встречные дуги;

- *жонглирование тремя шарами полукаскадом двумя руками.*

Жонглирование кольцами

- *четырьмя кольцами жонглируют* так же, как и четырьмя шарами, только кисти рук должны быть повернуты ладонями внутрь.

Жонглирование булавами

- *жонглирование тремя булавами.*

На ладонь правой руки кладутся две булавы. Первой выбрасывается булава из правой руки, а затем продолжают броски так же, как и при жонглировании двумя булавами обеими руками;

Балансирование тарелочками

Учащийся берет в правую руку тросточку так, чтобы она легла на кончики мизинца, безымянного, среднего и указательного пальцев. Сверху тросточка придерживается большим пальцем. Затем толчком большого

пальца учащийся пропускает тросточку между средним и указательным пальцами, а безымянный и мизинец сгибает, чтобы не мешать вращению тросточки. После того как тросточка пройдет между средним и указательным пальцами, исполнитель выпрямляет безымянный палец. Теперь тросточка должна пройти между средним и безымянным пальцами. Затем надо убрать средний палец и подхватить тросточку мизинцем, чтобы она оказалась между безымянным пальцем и мизинцем. Толкнув тросточку мизинцем, учащийся подхватывает ее указательным пальцем так, чтобы тросточка опять попала между указательным и средним пальцами, после этого весь путь тросточки повторяется сначала.

Парные и групповые перекидки:

- перекидка трех булав двумя партнерами;
- перекидка шести булав двумя партнерами;
- перекидка булав тремя партнерами (угол, отбой и т.д.);

Для участия в групповом жонглировании, каждый исполнитель должен уметь вести перекидку с партнером шестью булавами, бросая их как с малого, так и с большого расстояния с двойными оборотами.

3. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

Освоение жанра «жонглирование» требует длительного и кропотливого труда. Необходимо объяснить обучающимся роль самостоятельной работы в этом жанре.

Постоянные и многократные повторения жонглерских элементов необходимы для закрепления полученных навыков и дальнейшего развития в этом направлении.

Самостоятельные занятия нужно проводить в свободное от других занятий время в соответствующем помещении.

Особое внимание необходимо уделить технике исполнения жонглерских элементов и комбинаций.

Список рекомендуемой методической литературы

1. Бауман Н.Э. Искусство жонглирования. Искусство. М., 1962
2. Гуревич З.Б. О жанрах советского цирка. Искусство, М., 1977
3. Цирковая терминология. Методическая разработка. Автор-составитель З.Б.Гуревич, Москва, 1982
4. Баринов В.А. Феноменология цирка: Монография. – М.: МГУКИ, 2005.- 189с.
5. Баринов В.А. основы циркового творчества: Учебное пособие.- М.: МГУКИ, 2004.- 108с.