

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Дворец творчества»**

**ПЛАН – КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ**

**детское объединение  
«Цирковое искусство»  
Группа 3 года обучения**

**Разработала: педагог дополнительного  
образования  
Мкртчян Елена Викторовна  
2016 г.**

**ПЛАН-КОНСПЕКТ**  
**ЗАНЯТИЯ ОБЪЕДИНЕНИЯ «ЦИРКОВОЕ ИСКУССТВО»**  
**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 3 года обучения**

Место проведения – актовый зал МБОУДО «Дворец творчества».

Время проведения — 17.00-17.45

Возраст детей: 7-9 лет.

В группе 12 воспитанников

Педагог дополнительного образования – Мкртчян Елена Викторовна

**Тема занятия:** «Эквилибристика. Развитие равновесия».

**Место занятия в дополнительной общеразвивающей программе:** закрепление и совершенствование техники выполнения равновесия на различном цирковом оборудовании.

**Степень сложности занятия:** для данной группы занятие средней сложности.

**Тип занятия:** закрепление умения выполнять упражнения на развитие равновесия.

**Форма учебного занятия:** занятие тренировочного типа.

**Форма организационной работы:** коллективная, групповая, круговая, индивидуальная.

**Цель занятия:**

Совершенствование равновесия, как одного из основных физических качеств в цирковом искусстве.

**Задачи**

**1. Обучающие:**

- Закреплять умения в выполнении акробатических элементов
- Закреплять умения в выполнении элементов эквилибристики на различных снарядах
- Закреплять умения в выполнении упражнений на развитие равновесия.

**2. Развивающие:**

- Развивать чувство трудолюбия, целеустремленности
- Способствовать развитию интереса к цирковому искусству
- Развивать двигательные возможности детей.

**3. Воспитательные:**

- Вызывать заинтересованность у детей при восприятии циркового оборудования
- Формировать нравственно-эстетическую отзывчивость

**Оборудование и оснащение занятия**

- Занятие проводится в актовом зале.
- Используются:

- магнитофон (под диск CD),

- одноколёсный велосипед, трости для ручного эквилибра, катушки, вольно-стоящая лестница, гимнастические маты, мячи, кольца, ленты.

## Введение

Цирковое искусство является одним из древнейших составляющих мировой культуры и спорта. Оно сформировалось из народных площадных представлений и театрализованных спортивных соревнований. Через цирковое искусство в студии ведется воспитание навыков коллективной творческой деятельности, ответственного отношения к результатам своей работы и работы коллектива, воспитание культуры поведения, дисциплины и собранности. Из качеств, играющих большую роль в цирковом искусстве, выделяют равновесие, силу, гибкость. Кроме того, специфика циркового искусства требует развития и совершенствования координации движений, музыкальности, артистичности.

1. Перечисленные выше особенности циркового искусства характеризуют деятельность воспитанников в условиях тренировочных занятий.
2. Помимо укрепления здоровья, занятия эквилибристикой и другими цирковыми жанрами оказывают на детей огромное эстетическое воздействие, помогая им познавать физические возможности человека. Цирковое искусство – один из путей, помогающих улучшить свое самочувствие, стать более жизнерадостным, энергичным, здоровым, целеустремленным. В объединении «Цирковое искусство» здоровый образ жизни человека стал неотделим от систематических занятий цирковым искусством. Можно выбрать подходящий цирковой жанр: жонглирование, акробатика, эквилибристика и т. д. Все они интересны. Однако каждый из них имеет свои особенности. Данное занятие - «Эквилибристика. Развитие равновесия»- можно с небольшой доработкой применить к любому из этих видов цирковых жанров. Для одних детей это будет победа над болезнями, для других – победа над неуверенностью в себе, своей пассивностью или “закомплексованностью”, третьи, быть может, обретут жизнерадостность и энергичность, почувствуют себя более уверенно и свободно. Но главное, что обретает ребенок – это здоровье. Моя задача – развивать детей во всех проявлениях, искать новые формы работы, пробовать, экспериментировать. Для повышения производительности занятия необходимо пробудить у обучающегося интерес к двигательной деятельности и поддерживать заинтересованность в изучении новых элементов. Дети имеют возможность попробовать себя во многих жанрах циркового искусства: акробатика, жонглирование (парное, групповое, сольное), эквилибристика (на моноциклах, лестнице, тростях, катушках, шаре), клоунада.

Представленное занятие тренировочного типа направлено на развитие двигательных возможностей у детей, на закрепление умений в выполнении акробатических элементов и элементов эквилибристики на различном цирковом оборудовании. Побуждая детей к дальнейшему освоению жанров циркового искусства, данное занятие дает возможность детям развивать чувство равновесия в различных его проявлениях. В процессе обучения осуществляется подготовка по жанру циркового искусства - эквилибристика. Элементы эквилибристики расширяют общий кругозор обучающихся, знакомят с различным цирковым оборудованием, способствуют развитию координации движений, эмоциональности, совершенствованию двигательных качеств. Овладевая элементами эквилибристики, воспитанники тренируются сразу по нескольким ее разновидностям, подбирая трюки с последовательным нарастанием сложности. Эквилибристические номера дети стараются строить в сочетании с другими цирковыми жанрами, например с жонглированием.

### Структура учебного занятия.

№	Содержание	Хронометраж	Организационно-методические указания
<b>I. ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ</b> 10мин			
1.	Построение, рапорт, сообщение задач занятия.	2	Построение. Выявление отсутствующих. Сообщение темы Педагог: «Ребята, к нам пришла голосовая почта, послушайте!» Звучит запись. «Поможем клоуну из цирка Шапито?» Дети: «Да!» Педагог: «Тогда приложите ладони к груди, найдите свое сердце, слышите, как оно стучит, а теперь представьте, что вместо сердца у вас солнце, и лучи его разливают тепло по всему вашему телу, что оно не вмещается в вас, и передадим это тепло цирку Шапито, и мысленно переместимся в Цирк!»
2.	Разминка по кругу зала под музыкальное сопровождение: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ бег по кругу</li> <li>○ бег, бедро вперед</li> <li>○ без захлеста назад</li> <li>○ приставной шаг (правый, левый ногой)</li> <li>○ подскоки</li> <li>○ шаг на полупальцах</li> <li>○ шаг на пятках</li> <li>○ «гусиный шаг»</li> <li>○ прыжки на корточках</li> </ul> упражнения на восстановление дыхания	3мин	На арене цирка появились дрессированные кони (бег), обезьяны (подскоки). Идут по арене гимнасты (шаг), прыгают дрессированные утки (прыжки на корточках).
3.	Разминка на середине зала	5 мин	Педагог

	<p>1. « Повороты головы» И.П. ноги вместе, руки на поясе. 1 руки в стороны, поворот головы на право 2 И.П. 3.-4 то - же в другую сторону.</p> <p>2. « Попугай» И.П. ноги шире плеч, руки вдоль туловища. 1. Наклон глубокий 2. И.П. 3. « Лодочка» И.П. лежа на животе, руки вытянуты над головой, ноги выпрямлены вместе. 1. поднять корпус и ноги синхронно, задержаться 2. И.П. 4. « Львенок» И.П. лежа на спине , ноги вместе, руки вдоль туловища. 1. Ноги согнуть в коленях, обхватить руками. 2.И.П. 5. «Тюлень» И.П. лёжа на животе, ноги вместе, руки согнуты в упоре. 1. спину прогнуть ,голову приподнять, руки выпрямить 2. И. П. «мосты - складки» «шпагаты»</p>		комментирует: «Перед своим выходом на манеж артисты любого жанра должны хорошо размяться, начинаем весёлую разминку клоунов».
II	Основная часть:		
1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Стойка на груди</li> <li>○ Стойка на голове</li> <li>○ Стойка на руках возле стены</li> </ul>	5мин	Педагог: «Готовимся стать акробатами – эквилибристами. Эквилибристика - это способность артиста удерживать равновесие при неустойчивом положении тела».
2.	<p>- Выполнение акробатических упражнений</p> <p>- Кувырки вперёд-назад;</p> <p>- Колесо на правую и левую руку</p> <p>- Переворот вперёд, назад</p>	По 1 разу 5мин	Педагог: «На арене цирка появились ловкие акробаты»
	<p>1.Эквилибристи на тростях (уголок, стрела, стойка в полушпагате)</p> <p>2. Эквилибристи на катушках (повороты, приседания, уголок)</p> <p>3. Эквилибристи на лестнице</p>	По 5 мин на каждой станции (20 мин всего)	<i>Педагог беседует с детьми о жанрах циркового искусства и предлагает детям стать артистами-эквилибристами.</i>

3.	4.Эквилибристисты на моноциклах (по кругу, в парах, спиной вперёд)		<p>«Эквилибристика – это ещё и способность сохранять равновесие на неустойчивых предметах»</p> <p><b>Круговая тренировка:</b></p> <p>«На манеж выходят эквилибристисты на тростях, эквилибристисты на шаре, лестнице и катушках».</p> <p><i>Дети расходятся по станциям. На каждой станции по три человека. Упражнение выполняется по одному. Один выполняет – двое помогают. По сигналу меняются станциями.</i></p>
4.	<p><b>Запись клоуна со словами о том, что цирк спасён.</b></p> <p>Подвижная игра «Клоун» (повторяется 2 – 3 раза)</p>	3	<p>Правила игры.</p> <p><i>Выбираем водящего с помощью считалки. После слов « Клоун, клоун, будь шустрой. Догоняй нас поскорей. Хвостики отними 1,2,3 -лови!» дети разбегаются, клоун догоняет и отнимает хвостики . Дети у кого отняли хвостик ,садутся на скамейку. После слов « Стоп!» все дети встают в круг. Проводится анализ и начинаем игру заново, но при считалке не учитываем тех, у кого отняли хвостики.</i></p>
	Заключительная часть (свободное общение с детьми)	2 мин	«Молодцы, вы были, как настоящие артисты».

			<i>Подведение итогов занятия: педагог дает краткий анализ совместной деятельности, обращает внимание на то, кому и над чем предстоит работать, дает домашнее задание.</i>
--	--	--	---

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**  
**дополнительного образования**  
**«Дворец творчества»**

**Самоанализ**

**открытого занятия объединения «Цирковое искусство»**

**Группа 3-го года обучения**

**Педагог Мкртчян Е.В.**

Место проведения – актовый зал МБОУДО «Дворец творчества».

Время проведения — 17.00-17.45

Возраст детей: 7-9 лет.

В группе 12 воспитанников.

Педагог дополнительного образования – Мкртчян Елена Викторовна.

**Тема занятия:** «Эквилибристика. Развитие равновесия».

**Место занятия в дополнительной общеразвивающей программе:** закрепление и совершенствование техники выполнения равновесия на различном цирковом оборудовании.

**Степень сложности занятия:** для данной группы занятие является средней сложности.

**Тип занятия:** закрепление умения выполнять упражнения на развитие равновесия.

**Форма учебного занятия:** занятие тренировочного типа.

**Форма организационной работы:** коллективная, групповая, круговая, индивидуальная.

**Цель занятия:**

Совершенствование равновесия, как одного из основных физических качеств в цирковом искусстве.

**Задачи**

**1. Обучающие:**

- Закреплять умение в выполнении акробатических элементов
- Закреплять умения в выполнении элементов эквилибристики на различных снарядах
- Закреплять умения в выполнении упражнений на развитие равновесия.

**2. Развивающие:**

- Развивать чувство трудолюбия, целеустремленности
- Способствовать развитию интереса к цирковому искусству
- Развивать двигательные возможности детей

**3. Воспитательные:**

- Вызывать заинтересованность у детей при восприятии циркового оборудования
- Формировать нравственно-эстетическую отзывчивость.

**Оборудование и оснащение занятия**

- Занятие проводится в актовом зале.
- Используются:
  - магнитофон (под диск CD),

- одноколёсный велосипед, трости для ручного эквilibра, катушки, вольно-стоящая лестница, гимнастические маты, ленты.

Занятие по цирковому искусству проводилось с детьми 7 – 9 лет. Это дети второго года обучения, которые подготовлены физически, психологически в соответствии с возрастными особенностями и интересами благодаря использованию всех педагогических принципов.

Нагрузка и подбор упражнений и заданий варьировались с учетом индивидуальных способностей каждого ребенка. Занятие имело целевую направленность, конкретные педагогические задачи: развивающие, обучающие и воспитательные. Численность группы составляла 12 человек.

Содержание занятия соответствовало главной цели занятия: совершенствование равновесия как одного из основных физических качеств в цирковом искусстве. Установка занятия соответствовала требованиям программы, содержание материала подобрано соответственно уровню знаний и умений обучающихся 3-го года обучения. Было положительное восприятие цели занятия воспитанниками и ее осознание. Форма организационной работы - коллективная, групповая, круговая, индивидуальная. Поставленные задачи были выполнены.

Занятие проходило в проветриваемом чистом актовом зале. Инвентарь (магнитофон, одноколёсный велосипед, трости для ручного эквilibра, катушки, вольно стоящая лестница, гимнастические маты, ленты) приготовлен заранее и расположен в специально отведенном месте, маты уложены в соответствии с техникой безопасности. Занятие соответствовало программному материалу третьего года обучения, поставленные задачи отражали уровень технической и физической подготовленности воспитанников в данном виде деятельности. Учитывая индивидуальные особенности детей, для отдельных обучающихся были дифференцированы задачи, содержание, темп освоения программного материала.

В подготовительной части занятия дети слышали голос клоуна (в записи) который просил помочь цирку шапито. Дети мысленно очутились на манеже. Были даны разогревающие и подводящие к акробатическим элементам упражнения, которые проводились фронтальным способом. Этот способ предусматривает непрерывность их выполнения. Эти упражнения помогли подготовить опорно-двигательный аппарат к выполнению акробатических упражнений основной части занятия.

В основной части занятия на манеже появляются акробаты. Для решения поставленных задач, связанных с формированием определенных двигательных навыков и развитием физических качеств, применялся групповой метод. Первая группа совместно с педагогом выполняла акробатические упражнения. Перед выполнением было дано разъяснение по технике выполнения упражнения. Особое внимание уделялось приемам страховки. Вторая группа занималась также на гимнастических матах. Основная задача --повторение ранее освоенных акробатических упражнений на сохранение равновесия. Во время проведения занятия дети не отвлекались, следили за выполнением упражнений.

Затем на манеж вышли эквilibристы. Наряду с обучением гимнастическим упражнениям в основной части занятия выполнялись задания на развитие равновесия на цирковом оборудовании. Здесь был применён круговой способ организации занятия, когда обучающиеся выполняют разные задания на станциях, расположенных по кругу. На каждой станции свой цирковой снаряд для развития равновесия: катушки, вольно стоящая лестница, моноциклы, трости для эквilibра. На каждом снаряде развиваются различные виды равновесия. Дети слышат голос клоуна (аудиозапись), что цирк спасён.

В заключительной части занятия проводилась подвижная игра, которая называлась «Клоун». Это способствовало повышению эмоционального состояния. Завершающим моментом заключительной части занятия являлось подведение итогов, было отмечено, как воспитанники справились с задачами занятия и дано домашнее задание.

В целом занятие проходило на хорошем организационном уровне. В ходе всего занятия я занимала такое место, чтобы держать в поле зрения всех воспитанников. На протяжении всего времени я концентрировала свое внимание на правильном выполнении

обучающимися основных фаз движений и, по мере необходимости, осуществляла страховку. Хочу также отметить хорошую работоспособность воспитанников, их интерес и желание качественно выполнять упражнения. В данном занятии использовать упражнения, которые повышали эмоциональное состояние воспитанников. Словесно стимулировались старания детей. На протяжении всего занятия создавался и поддерживался положительный настрой. Считаю, что поставленные задачи выполнены, занятие прошло успешно.