

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Полевского городского округа
«Центр развития творчества им. Н.Е. Бобровой»

Рассмотрена на заседании
методического совета МБУ ДО
ПГО «ЦРТ им. Н.Е. Бобровой»
Протокол № 4
от 27.05. 2024 г.

Принята на педагогическом
совете МБУ ДО ПГО «ЦРТ
им. Н.Е. Бобровой»
Протокол № 4
от 30.08.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Алле-ап»
(стартовый уровень)
Возраст учащихся: 5-10 лет.
Срок реализации: 1 год.**

Составитель:
Андреева Светлана Николаевна,
педагог дополнительного
образования

г. Полевской,
2024г.

1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Направленность общеразвивающей программы – физкультурно-спортивная.

Программа разработана в соответствии с **нормативно – правовыми документами:**

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года N 678-р),
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»,
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов средств обитания»,
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»,

- Письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеразвивающих программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»),
- Постановлением Правительства РФ от 11 октября 2023 № 1678 «Об утверждении правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ,
- Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»,
- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»,
- Устава МБУ ДО ПГО «ЦРТ им. Н.Е. Бобровой» (Приказ № №343-Д от 10.12.2024),
- Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБУ ДО ПГО «Центр развития творчества им. Н.Е. Бобровой».

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы.

Развитие мотивации подрастающего поколения к ведению здорового образа жизни и регулярным занятиям физической культурой и спортом является одной из приоритетных задач Концепции развития дополнительного образования в РФ.

Программа «Алле-ап» является актуальной с точки зрения социально – экономических потребностей региона, так как приобщает детей к здоровому образу жизни и успешной социализации.

Одной из важных социальных задач является формирование будущего члена общества, человека с развитым мышлением, эстетическими потребностями, яркими творческими проявлениями, обладающим широкими и разнообразными представлениями об искусстве, об окружающем мире, а также положительным отношением к здоровому образу жизни и потребностью в двигательной активности.

Программа «Алле-ап» определяется запросом со стороны детей и их родителей (законных представителей), поскольку способствует воспитанию физических качеств, основ крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности, физической активности.

Акробатика – один из видов спорта, гармонично сочетающих умственное и физическое развитие человека. Помимо укрепления здоровья, занятия акробатикой и другими цирковыми жанрами оказывают на детей огромное эстетическое воздействие, расширяют кругозор, помогая познавать физические и духовные возможности ребенка.

Занимаясь в коллективе, дети не только получают физическую подготовку, необходимую для данного вида деятельности, но расширяют свои знания о цирковом искусстве, ближе знакомятся с различными жанрами, становятся приверженцами одного из них.

Данная программа позволяет всем обучающимся детям получать более гармоничное развитие, воспитывать личностные качества и развивать способность к общению.

Отличительные особенности общеразвивающей программы.

Программа разработана на основе программ: «Надежда», Пономарева А.А.; «Цирк» Райков И.Н., Райков И.И.(г. Москва); «Цирк для детей», Пуня М.Н. (г. Долгопрудный).

Отличительной особенностью данной программы является то, что она адаптирована к условиям образовательного процесса учреждения дополнительного образования и разработана для детей возраста 5-10 лет.

Программой предусматривается обучение детей несложным, простейшим, подготовительным упражнениям по акробатике; развивающим упражнениям, общей физической подготовке.

Основное внимание в программе уделено гимнастике и акробатике. Это позволяет развивать у детей чувство собственного тела, выносливость, силу, гибкость; формирует навыки здорового образа жизни.

Принципы, на которых строится программа:

- принцип от простого к сложному,
- принцип системности и последовательности,
- принцип доступности,
- принцип наглядности,
- принцип природосообразности.

В группе обучаются дети с разными образовательными потребностями, разным уровнем учебной мотивации, разного возраста. Поэтому программа носит дифференцированный характер. В целях доступности учебного материала, используется групповая, индивидуально - групповая работа. Для достижения результата учебной задачи обучающиеся могут выполнять одно и тоже задание в разном темпе, в соответствии со своими физическими возможностями в сопровождении педагога.

Программа носит практический характер (80% программы – практика, 20 % - теория). Теоретический материал осваивается на занятии в процессе выполнения практических упражнений. Это способствует более органичному усвоению знаний.

Адресат общеразвивающей программы. Программа адресована детям 5-10 лет.

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний). Обучающиеся должны иметь

медицинские справки о состоянии здоровья и допуск к занятиям с физической нагрузкой. Степень предварительной спортивной подготовки не требуется.

Наполняемость в группах составляет: минимум 10 человек, максимум – 15 человек.

Возрастные особенности детей 5-6 лет. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Ребенок 5-6 лет желает показать себя миру, привлекает к себе внимание, ему необходим свидетель его самовыражения. Дети данного возраста более совершенно овладевает различными видами движений. Постоянные тренировки позволят укрепить здоровье ребенка, научить его правильно распределять нагрузку во время физических упражнений, координировать свои движения, воспитывают волю, терпение и трудолюбие.

Ребенок в возрасте 7-10 лет становится сильным, выносливым и ловким, имеет потребность в регулярной нагрузке. Понимает и принимает правила командных игр и требования педагога, занимаясь спортом. Легко выполняет размашистые движения, «тонкие» движения становятся четче. Занятия по программе помогут воспитать у детей выносливость, пластичность, правильное дыхание и активизацию функций всех органов организма ребенка.

Режим занятий: занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

Объем общеразвивающей программы: 111 часов.

Срок освоения общеразвивающей программы 1 год (37 недель).

Уровень общеразвивающей программы стартовый. Программа носит ознакомительный характер. Учебная деятельность организуется в форме учебных, тренировочных занятий, игр и дает возможность обучающимся приобрести начальные навыки циркового мастерства. По окончании программы, обучающийся может выбирать: закончить обучение и заняться

другим вида деятельности, или продолжить обучение на базовом уровне, по программе «Цирк «Гротеск».

Формы обучения: очная, групповая, фронтальная, с использованием дистанционных форм обучения с помощью социальной сети ВК https://vk.com/tsirk_polevskovo. Занятия проводятся в группах и малыми группами.

Виды занятий: учебные занятия, тренировки, открытые и зачётные занятия. В дистанционном режиме - обучающие ролики для занятий дома.

Формы подведения результатов: тестирование, соревнования.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы – формирование здорового образа жизни у обучающихся через освоение начальных навыков цирковой деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с основными цирковыми жанрами;
- обучить технике выполнения упражнений, укрепляющих мышцы ног и рук;
- обучить технике выполнения упражнений на растяжку;
- познакомить с теоретическими терминами: «мостик», «ласточка», «колесо», «рондад», «курбет»;
- познакомить с цирковым искусством в целом;
- познакомить с правилами поведения на занятиях;
- научить выполнять базовые упражнения для укрепления основных групп мышц.

Развивающие:

- развивать у воспитанников физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость (на основе обучения разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений);

- развивать артистические, эмоциональные качества у воспитанников средствами цирковых занятий;
- развивать внимательность и наблюдательность, творческое воображение;
- развивать коммуникативные способности.

Воспитательные:

- воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- воспитывать художественный вкус и уважение к цирковому искусству;
- приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- формировать доброжелательные взаимоотношения между учащимся, педагогом, учащимся, родителями;
- воспитывать интерес к цирковому искусству и к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Планируемые результаты

Предметные.

К концу учебного года обучающиеся будут знать:

- основные цирковые жанры;
- основы здорового образа жизни;
- правила поведения и профилактики травматизма на занятиях физической культуры;
- теоретические термины: «мостик», «ласточка», «колесо», «рондат», «курбет».

К концу учебного года обучающиеся будут уметь:

- выполнять отдельные акробатические элементы: кувырки, мост, стойка на руках возле стенки, колесо;
- выполнять разминку;
- выполнять упражнения под музыку.

Метапредметные.

Обучающиеся научатся:

- понимать и принимать задачу поставленную педагогом;

- планировать свои действия на некоторых этапах задания;
- делать выводы о результатах проделанной работы;
- доводить начатое дело до конца;
- работать в группе, в паре.

Личностные.

У обучающихся будут сформированы:

- потребность в общении со сверстниками
- личностные качества: настойчивости, терпения, выносливости;
- доброжелательное отношение к окружающим детям;
- умение оценивать и согласовывать собственное поведение с поведением других детей.

1.3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план (Стартовый уровень)

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Необычный мир Цирка	2	1	1	Анкетирование
2	Упражнения, укрепляющие мышцы ног	25	5	20	Наблюдение
3	Упражнения для развития мышц рук	25	5	20	Наблюдение
4	Упражнения для развития силы мышц туловища.	25	5	20	Наблюдение
5	Упражнения на растягивание и гибкость.	32	5	27	Наблюдение
6	Цирку мы не скажем: «До свиданья»	2	1	1	Тестирование
	ИТОГО	111	22	89	

Содержание учебного (тематического) плана (Стартовый уровень)

1. Необычный мир Цирка

Теория. Цирк и цирковые жанры. Обзор тем программы. Правила поведения на занятии, методы страховки, самостраховки. Начальная диагностика.

Практика. Общая физическая подготовка. Выполнение базовых упражнений. Укрепление основных групп мышц. Развитие физических качеств. Игра «Веселый зоопарк», «Путешествие».

2. Упражнения, укрепляющие мышцы ног

Теория. Изучение технологии выполнения упражнений на развитие икроножных мышц, голеностопный сустав, ахиллово сухожилие.

Характеристика физических качеств силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости.

Практика. Выполнение упражнений:

- ходьба на носках;
- ходьба на носках в полуприседе;
- прыжки в полуприседе;
- прыжки вверх со свободным взмахом слегка согнутыми руками вперед кверху;
- прыжки вверх с разбега с поворотом на 180⁰, 360⁰;
- прыжки на мини-батуте.

3. Упражнения для развития силы рук

Теория. Знакомство с понятиями «мышечная сила», «мышцы рук», «укрепление мышц», «изометрия», «отжимания».

Практика. Выполнение упражнений:

- отжимания от пола;
- из упора лежа, скользя ногами по полу, опуститься на предплечье и силой снова подняться в упор лежа;
- из упора лежа перемахнуть двумя ногами вправо (влево) в упор лежа сзади;
- из упора лежа сзади толчком рук поворот в упор лежа;
- подтягивание в висе;
- передвижение на руках и ногах в упоре лежа сзади

- стойка на руках.

4. Упражнения для развития силы мышц туловища

Теория. Знакомство с понятиями «сокращение мышц», «мышцы груди», «мышцы спины», «мышцы живота».

Практика. Выполнение упражнений:

- из упора лежа перейти в упор присев,
- лечь на спину, резким движением перейти в плотную группировку,
- лежа бедрами на гимнастической скамейке спиной к низу, удерживать выпрямленное туловище в горизонтальном положении,
- в вися на гимнастической стенке полностью провиснуть в плечевых суставах, короткими движениями подтягиваться только в плечевых суставах, не сгибая рук в локтях,
- боковой кувырок.

5. Упражнения на растягивание и гибкость.

Теория: Виды гибкости, пластичность движений, свобода движений, амплитуда.

Практика. Выполнение упражнений:

- махи ногами вперед, в сторону, назад,
- упражнение «поперечный шпагат» (на правую ногу, на левую ногу),
- наклоны туловища к ногам, исходное положение: стоя, сидя,
- прогибы: назад стоя на ногах, стоя на коленях, лежа,
- упражнение «мост»,
- ласточка,
- рыбка.

6. Цирку мы не скажем «До свиданья»

Теория. Итоговое тестирование.

Практика. Итоговое выступление детей для родителей.

2. Организационно – педагогические условия

2.1. Календарный учебный график

№	Основные характеристики образовательного процесса	Стартовый уровень
1.	Количество учебных недель	37
2.	Количество учебных дней	111
3.	Количество часов в неделю	3
4.	Количество часов (всего)	111
5.	Неделя в первом полугодии	17
6.	Неделя во втором полугодии	20
7.	Начало занятий	01.09
8.	Каникулы	1.06–31.08
9.	Сроки проведения аттестации	15.12-20.12, 15.05-20.05
10.	Режим занятий	3 раза в неделю по 1 часу

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Занятия проводятся в просторном, проветриваемом зале. Для обучения и тренировок используется инвентарь:

- маты (5 шт),
- ковровая дорожка (1 шт),
- магнитофон.

Реквизит для жонглирования:

- теннисные мячи,
- булавы,
- кольца,
- обручи.

Для занятий в жанре эквилибр:

- стоялки для рук,
- партерное кольцо,
- катушки,
- пьедестал для пластики,
- скакалки,
- мини-батут,
- балетный станок,
- зеркала,

- партерное кольцо.

Форма одежды: спортивный купальник, шорты, футболка, носки, чешки.

Кадровое обеспечение. Программу ведет педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное образование, прошедший профессиональную переподготовку по профилю программы.

Методические материалы.

Важное значение в реализации поставленных целей и задач имеет заинтересованность как обучаемых, так и обучающихся в своей деятельности. В связи с этим используются различные методы создания положительной мотивации у воспитанников:

Эмоциональные:

- создание ситуации успеха;
- поощрение и порицание;
- удовлетворение желания быть значимой личностью.

Волевые:

- предъявление образовательных требований;
- формирование ответственного отношения к получению знаний и умений;
- информирование о прогнозируемых результатах образования.

Социальные:

- развитие желания быть полезным обществу;
- создание ситуации взаимопомощи, взаимопроверки и заинтересованности в результатах коллективной работы.

Познавательные:

- опора на субъективный опыт ребенка;
- решение творческих задач;
- создание проблемных ситуаций.

Формы организации деятельности воспитанников:

- групповая;
- ронтальная (малыми группами).

Формы проведения занятий:

- практическое занятие;
- подвижные игры;
- соревновательные выступления;
- тренировки различных видов;
- занятие-игра;
- диагностическое занятие.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предметов, используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся артистов цирка, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения);
- аналитический метод (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Методы тренировок могут быть следующими:

- интервальный, где чередуются работа и отдых,
- непрерывной тренировки, где упражнения выполняются одно за другим,
- отдых после всех выполненных упражнений.

Применяемые технологии:

- технология дифференцированного обучения;
- технология игрового обучения;

- технология личностно-ориентированного обучения;
- здоровьесберегающая технология.

В построении образовательного процесса используются принципы:

- принцип систематичности. Необходимо отслеживать функциональные и структурные изменения, происходящие в детском организме во время и в результате физических упражнений на протяжении всех лет обучения, а также в течение учебного года -от занятия к занятию. Следует помнить и объяснить детям, что положительные результаты физических изменений обратимы, то есть они претерпевают обратное развитие в случае прекращения занятий;
- принцип повторности. Без многократных повторений невозможно сформировать и упрочить двигательные навыки, создать предпосылки дальнейшего прогресса. Необходимо, чтобы повторяемость была оптимальной;
- принцип вариативности. Широкое видоизменение упражнений, условий их выполнения, динамичность нагрузок и разнообразие методов их применения, обновление форм и содержания занятий;
- принцип «от простого к сложному», от легкого -к трудному, от известного - к неизвестному. Весь процесс обучения и воспитания должен отвечать условиям доступности. Постепенное, но неуклонное повышение нагрузки, увеличение объема и интенсивности выполняемой работы, усложнение задач и действий;
- принцип индивидуализации требует построения и проведения занятий с учетом индивидуальных особенностей обучающихся: пол, возраст, физическая подготовленность, состояние здоровья. Необходимо также учитывать психологическую совместимость партнеров;
- принцип наглядности предполагает воздействие на различные органы чувств, которые дополняя друг друга, дают ребенку возможность непосредственного контакта с окружающим миром, уточняя и дополняя его восприятие.

Дидактические материалы: видеоролики по общей физической подготовке, по выполнению растяжки, по развитию гибкости, по выполнению «колеса», «стойки на руках возле стенки», «стойки на голове», «выполнение мостика» и другие.

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Видами контроля знаний по программе «Алле-ап» являются текущая, промежуточная и итоговая аттестации.

Текущая аттестация проводится с целью контроля качества освоения конкретной темы. Текущая аттестация проводится на каждом занятии в форме наблюдения за практической работой обучающихся. Цель – выявление ошибок и успехов в работах обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится в конце полугодия в форме игры (проверка практических знаний) и тестирования (проверка теоретических знаний).

Итоговая аттестация проводится в форме итогового занятия для родителей, тестирование.

Формы аттестации:

- наблюдение – визуальный контроль над творческим процессом с целью предотвращения ошибочных действий учащихся.
- тестирование – комплекс заданий на выявление знаний, умений, навыков.

Критерии определения уровня усвоения программы:

Низкий - обучающийся с трудом повторяет задание после показа педагога или не может его воспроизвести, низкий уровень самостоятельности, владеет терминологией менее чем на 50%.

Средний - обучающийся выполняет задание хорошо, знает правила безопасного выполнения упражнений, самостоятельность достаточно высокая, владеет терминологией на 50%.

Высокий –обучающийся выполняет задание самостоятельно, знает и применяет правила безопасного выполнения упражнений, владеет терминологией в полном объеме.

По окончании I года обучения, обучающиеся будут уметь правильно и красиво выполнять следующие упражнения:

прыжки на мини-батуте	кувырок боковой;
отжимания	мост;
подтягивания	ласточка;
поворот на 180°	выход в стойку на руках.
поворот на 360°	шпагат

Оценочные материалы

Мониторинг результатов обучающихся по дополнительной образовательной программе.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Число баллов	Методы диагностики
Т е о р е т и ч е с к а я п о д г о т о в к а				
Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> ▪ овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой; ▪ объем усвоенных знаний составляет более ½; ▪ освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период 	1 2 3	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<ul style="list-style-type: none"> ▪ знает отдельные специальные термины но избегает их употреблять; ▪ сочетает специальную терминологию с бытовой; ▪ специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием. 	1 2 3	Наблюдение, собеседование
П р а к т и ч е с к а я п о д г о т о в к а				
Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематич. плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> ▪ овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков; ▪ объем усвоенных умений и навыков составляет более ½; ▪ овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период 	1 2 3	Наблюдение, контрольное задание
Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	<ul style="list-style-type: none"> ▪ испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; ▪ работает с оборудованием с помощью педагога; ▪ работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей 	1 2 3	Наблюдение, контрольное задание
Творческие навыки	Креативность в выполнении	<ul style="list-style-type: none"> ▪ репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца; 	1 2	Наблюдение, контрольное

	практических заданий	<ul style="list-style-type: none"> ▪ творческий уровень (I) – видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога; ▪ творческий уровень (II) - выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно. 	3	задание
--	----------------------	--	---	---------

Развитие компетентностей				
Коммуникативные Слушать и слышать педагога, принимать во внимание мнение других людей	Адекватность восприятия информации идущей от педагога	<ul style="list-style-type: none"> ▪ испытывает серьезные затруднения в концентрации внимания, с трудом воспринимает учебную информацию; ▪ слушает и слышит педагога, воспринимает учебную информацию при напоминании и контроле, иногда принимает во внимание мнение других; ▪ сосредоточен, внимателен, слушает и слышит педагога, адекватно воспринимает информацию, уважает мнения других. 	1 2 3	Наблюдение
Организационные Организовывать свое рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно организовывать свое рабочее место к деятельности и убирать за собой	<ul style="list-style-type: none"> ▪ испытывает серьезные затруднения при организации своего рабочего места, нуждается в постоянном контроле и помощи педагога; ▪ организует рабочее место и убирает за собой при напоминании педагога; ▪ самостоятельно готовит рабочее место и убирает за собой 	1 2 3	Наблюдение
Аккуратно, ответственно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	<ul style="list-style-type: none"> ▪ испытывает серьезные затруднения при необходимости работать аккуратно, нуждается в постоянном контроле и помощи педагога; ▪ работает аккуратно, но иногда нуждается в напоминании и внимании педагога; ▪ аккуратно, ответственно выполняет работу, контролирует себя сам. 	1 2 3	Наблюдение, собеседование
Соблюдения в процессе деятельности правила безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> ▪ овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил ТБ, предусмотренных программой; ▪ объем усвоенных навыков составляет более ½; ▪ освоил практически весь объем навыков ТБ, предусмотренных программой за конкретный период и всегда соблюдает их в процессе работы. 	1 2 3	Наблюдение

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА
мониторинга результатов обучения детей
по дополнительной общеобразовательной программе**

Программа _____
Год обучения _____ Группа № ____ Педагог _____. Учебный год _____

Фамилия, имя воспитанника				
---------------------------	--	--	--	--

диагностики Показатели	Сроки		Сроки		Сроки		Сроки		Сроки	
	Конiec юлугодия	Конiec учебного года	Конiec юлугодия	Конiec учебного года	Конiec юлугодия	Конiec учебного года	Конiec юлугодия	Конiec учебного года	Конiec юлугодия	Конiec учебного года
Теоретическая подготовка										
Теоретические знания, предусмотренные программой										
Владение специальной терминологией										
Практическая подготовка										
Практические умения и навыки, предусмотренные программой										
Владение специальным оборудованием и оснащением, инвентарем										
Творческие навыки										
Основные компетентности										
Коммуникативные Слушать и слышать педагога, принимать во внимание мнение других людей										
Организационные Организовывать свое рабочее (учебное) место										
Аккуратно, ответственно выполнять работу										
Соблюдения в процессе деятельности правила безопасности										
Достижения обучающихся										
На уровне Центра детского творчества										
На уровне района, города										
На региональном, международном уровне										

Входная диагностика.

Критерии оценивания:

- наличие медицинской справки,
- скоростно-координационные способности,
- сила рук,
- прыжок,
- активность,
- мотивация к обучению.

Промежуточный и итоговый контроль.

Устный опрос.

- Назовите основные цирковые жанры.
- Какие основные правила поведения в спортивном зале, на занятии вы знаете?
- Какие названия акробатических элементов вы знаете?
- Назовите акробатические элементы.
- Перечислите основные правила здорового образа жизни.

Практическое задание.

1. Выполнение разминки.
2. Детям предлагается выполнить изученные упражнения: кувырки, мост, стойка на руках возле стенки, колесо.

Критерии оценивания:

- техника исполнения,
- растяжка,
- порядок выполнения упражнений,
- активность.

Лист мониторинга метапредметных результатов обучающихся

Критерии оценки метапредметных результатов	Фамилии учащихся										
Свобода восприятия теоретической информации											
Умение сравнивать анализировать, обобщать, выделять главное											
Освоение начальных навыков выполнения											
Свобода владения инструментами											

Аккуратность выполнения практической работы											
Оригинальность выполнения практической работы											

Для подсчета итогового показателя необходимо сосчитать сумму баллов по каждому обучающемуся, присвоив за каждый критерий свою оценку.

«Низкий уровень» - 1;

«Средний уровень» - 2;

«Высокий уровень» -3.

Критерии оценки метапредметных результатов	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Свобода восприятия теоретической информации	Легко воспринимает информацию, хорошо запоминает и умеет применить на практике	Воспринимает, но приходится повторять и напоминать	Плохо воспринимает новый материал. Требуется постоянной помощи.
Умение сравнивать, анализировать, обобщать, выделять главное	Умеет сравнивать техники, понятия, знает отличия, умеет применять, критично анализировать свою работу. Умеет ставить и идти к цели.	Работает по плану, выполняя инструкции. Ставит цели, но нуждается в помощи и разъяснениях. Может оценить свою работу.	Плохо владеет информацией не умеет анализировать, не активен при выполнении работы, не ставит цели.

Освоение начальных навыков выполнения	Знает технологию и умеет самостоятельно выполнять последовательность изготовления изделия.	Знает технологию, Освоил не все приемы выполнения операций. Требуется помощь педагога.	Плохо знает технологию и последовательность изготовления. Нужна постоянная помощь педагога.
Свобода владения инструментами	Хорошо владеет всеми изученными материалами и инструментами для творчества. Умеет организовать рабочее место. Соблюдает все правила Т.Б. и личной гигиены. Аккуратно и экономно пользуется материалами.	В основном владеет всеми изученными материалами и инструментами для творчества. Умеет организовать рабочее место. Соблюдает все правила Т.Б. и личной гигиены при напоминании.	Не владеет в должной мере инструментами, не умеет организовать рабочее место. Не умеет организовать рабочее место. Нарушает правила . не убирает рабочее место. Не аккуратен.
Аккуратность выполнения практической работы	Выполняет работу самостоятельно и аккуратно.	Выполняет работу с небольшими недочетами с небольшой помощью	Работа выполнена не аккуратно с помощью педагога.
Оригинальность выполнения практической работы	Работа выполнена оригинальна	Работа выполнена точно по плану.	Оригинальность не присутствует, не аккуратно.

Посмотреть, чему равна сумма и выставить итоговую оценку

(Низкий 7- 12 баллов, Средний 13-17 баллов, Высокий 18-21 балл).

Инструкция к мониторингу достижений личностных результатов обучающихся.

Лист мониторинга личностных результатов обучающихся

Критерии оценки метапредметных результатов	Фамилии учащихся											
Степень познавательной активности												
Интерес к участию в олимпиадах, конференциях, конкурсах различного уровня и направленности.												
Представление о принципах и нормах морали (уровень осознанности и принятия российского государства и общества, коллектива, семьи, другого человека как личности)												
Уровень мотивации к общению и сотрудничеству												

Высокий уровень - 3 балла,

средний уровень – 2 балла,

низкий уровень – 1 балл.

Критерий «Сформированность к познавательной, творческой и иной деятельности воспитанника»

показатель	низкий	средний	высокий
Степень познавательной активности	Не проявляет устойчивого интереса к знаниям. На занятиях в основном пассивен. Часто пропускает занятия	В процессе восприятия учебного материала проявляет степень интереса к знаниям. Активен при поддержке педагога, демонстрирует хорошие способности к обучению. Занятия пропускает редко	Проявляет высокую степень интереса к знаниям, в процессе получения знаний активен и организован.
Интерес к участию в олимпиадах, конференциях, конкурсах различного уровня и направленности.	Участие не принимает.	Участвует в качестве зрителя или исполнителя поручений педагога.	Проявляет личную заинтересованность к участию в олимпиадах, конференциях, конкурсах различного уровня и направленности

Критерий «Сформированность нравственно-эстетического потенциала обучающегося»

показатель	низкий	средний	высокий
Представление о принципах и нормах морали (уровень осознанности и принятия российского государства и общества, коллектива, семьи, другого человека как личности)	Нарушены представления о нормах морали и принципах.	Осознает и принимает государства, коллектива, семьи, личности и индивидуальность и другого человека. Понимает необходимость в жизни норм и морали.	Уважает и принимает принципы российского государства и общества, коллектива, семьи, личности и индивидуальность и другого человека. Руководствуется в жизни

			моральными нормами и законами.
Уровень мотивации к общению и сотрудничеству.	Сохраняет отстраненную позицию, временами полностью избегает общения и взаимодействия избегает.	Проявляет интерес к общественной жизни коллектива. Открыт для общения с другими людьми, но иногда испытывает затруднения при установлении контакта и отношений сотрудничества.	Занимает социально активную позицию (принимает участие в акциях, волонтерском движении, является членом общественных организаций). Имеет высокий уровень мотивации к общению и сотрудничеству.

Для подсчета итогового показателя необходимо сосчитать сумму баллов по каждому обучающемуся, присвоив за высокий уровень – 3 балла, средний уровень – 2 балла, низкий уровень – 1 балл.

Подсчитать сумму и выставить итоговую оценку: высокий -11-12 баллов, средний-7-10 баллов, низкий-4-6 баллов.

3. Список литературы

Список литературы для педагога

В связи с отсутствием обновления литературы по цирковому искусству, в список литературы включены источники старше 5 лет.

1. Болобан В., Коркин В. – Школа семейной акробатики. – К.: Молодь.- 1991.- 168с.
2. Винер-Усманова, И.А. Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути ее формирования/ И.А. Виннер-Усманова, Е.С.Крючек, Е.И. Медведева и др. –М.: Человек,2014.-120с.
3. Гуревич З.Б., Эквилибристика: Учебник.- М.: Искусство, 1982г. – 168с.

4. Кожухова Н.Н. Методика физического воспитания и развития ребенка: Учебное пособие/Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М.Борисова.- М.:Akademia, 2017.-148с.

5. Коркин В.П., Акробатика.- М.: Физкультура и спорт, 1983. – 127с.

6. Коркин В.П., Аракчеев В.И., Акробатика: Каноны терминологии. – М.: Физкультура и спорт,1989.- 144с.

7. Макаров Ю.М. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры: Учебник/Ю.М.Макаров.-М.: Академия, 2018.-256с.

8. Рыженко В.И., Исправление осанки у детей. Лечение: массаж, гимнастика, ванны: Справочник.- М.: Издательство Оникс, 2008.- 192с.

Список литературы для учащихся и родителей

1.Бекина, С.И. Музыка и движение / С.И.Бекина, Т.П.Ломова,Соковнина.- М.: Просвещение, 1983.- 230 с.

2.Теория и методика обучения базовыми видами спорта: Гимнастика: учебник / Под редакцией Крючек Е.С.- М.: Akademia,2018.-480с.

3.Торочкова Т.Ю., Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом: Учебник/Т.Ю. Торочкова, Н.Ю.Аристова; Под ред. Т.Ю.Торочковой.-М.: Akademia, 2016.- 144с

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Алле-ап»

Статус программы. Программа «Алле-ап» модифицированная.

Направленность – физкультурно-спортивная.

Цель программы – раскрытие потенциала ребёнка в области физической культуры и эстетического сознания средствами циркового искусства.

Состав обучающихся. Программа адресована детям и подросткам 5-10 лет. В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, что должно быть подтверждено медицинскими справками о состоянии здоровья и допуском к занятиям с физической нагрузкой. Степень предварительной спортивной подготовки не требуется.

Объем программы: 111 часов.

Режим занятий: 3 часа в неделю по 1 часу.

Форма организации процесса обучения: занятия организуются в учебных группах. Занятия проводятся в группах и малыми группами. Основными формами работы являются: тренировки, репетиции, открытые и зачётные занятия, спортивные праздники, конкурсы и фестивали, а также творческие встречи с профессиональными артистами и экскурсии в цирк

Краткое содержание. Занимаясь цирковой акробатикой, обучающиеся получают физическую подготовку, необходимую для данного вида деятельности, расширяют свои знания о цирковом искусстве, ближе знакомятся с различными жанрами.

Ожидаемый результат.

Данная программа позволяет всем обучающимся детям получать более гармоничное развитие, воспитывать личностные качества и развивать способность к общению.

Разовьют:

- творческие способности и привьют исполнительские качества – артистизм и эмоциональность;
- способности анализировать свою деятельность, приобщатся к здоровому образу жизни и укрепят физическое здоровье (развитие координации, правильной осанки, пластики, выносливости).
- сформируют уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;
- разовьют умение работать в команде, способность к совместной творческой деятельности, сформируют умение ставить цели и достигать их.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816898

Владелец Аникиева Татьяна Викторовна

Действителен с 04.07.2025 по 04.07.2026