

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕГУНИЦКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»
(МОУ ДО «БШИ»)

ПРИНЯТА:
на заседании
педагогического
совета протокол № 1
от «31» августа 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА:
приказом МОУ ДО «БШИ»
№ 55 от «01» сентября 2020 г.
Литовченко В. А.



УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ОСНОВЫ ЖОНГЛИРОВАНИЯ»

Сроки реализации программы – 3 года
Вязкова Светлана Юрьевна, преподаватель

д. Бегуницы, Волосовский район
2020 г.

Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Программа учебного предмета «Жонглирование» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области циркового искусства «Искусство цирка». 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.

2. Срок реализации учебного предмета «Жонглирование» - 3 года

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета «Жонглирование»:

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий: Индивидуальная рекомендуемая продолжительность урока-25 минут. (0,5 академического часа)

5. Цели и задачи предмета «Жонглирование»

Цель: Овладение навыками техники жонглирования в объеме, необходимом для создания циркового номера.

Задачи:

- развить быстроту реакции;
- развить чувство координации;
- развить быстроту движения;
- подготовить физический аппарат к выполнению сложных трюков.

6. Обоснование структуры программы учебного предмета.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

7. Методы обучения

Процесс обучения в цирковом жанре «жонглирование» строится на дидактических принципах, но имеет свои специфические особенности и принципы, свойственные цирку, а именно:

Принцип систематичности.

За соблюдением данного принципа необходимо вести строгий контроль. Обучение осуществляется на протяжении ряда лет, в течение учебного года -от занятия к занятию.

Особое внимание необходимо уделять самостоятельной работе учащихся над освоением элементов жонглирования.

Принцип повторности.

Без многократных повторений невозможно сформировать и упрочить двигательные навыки, создать предпосылки дальнейшего прогресса.

Принцип вариативности.

Разнообразие схем жонглирования различными предметами (мячи, кольца, булавы и пр.).

Принцип постепенности.

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 количества предметов и комбинаций жонглирования.

В жонглировании рекомендуется начинать обучение с шаров, так как в работе с шарами легче осваиваются необходимые требования.

Принцип индивидуализации.

Требует построения и проведения занятий с учетом индивидуальных особенностей занимающихся: пол, возраст, физическая подготовленность, состояние здоровья, чувство ритма, артистизм, предрасположенность учащегося к жонглированию определенными предметами.

Необходимо также учитывать психологическую совместимость партнеров в групповом жонглировании.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

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

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

- учебное помещение 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.

II Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени,

предусмотренного на освоение учебного предмета «Жонглирование», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия.

Учебно-тематический план первый год обучения.

№п/п	Темы	Количество часов:
1.	Учебная стойка (постановка головы, корпуса, ног и рук)	1,5
2.	Перебрасывание одного шара из руки в руку.	5
3.	Перебрасывание двух шаров на встречу друг другу обеими руками	5
4.	Парное перебрасывание одного-двух шаров друг другу.	5
	Итого	16,5

Учебно-тематический план второго года обучения.

№п/п	Темы	Количество часов:
1.	Повторение пройденных упражнений	2
2.	Жонглирование двумя и тремя шарами и обеими руками.	5
3.	Жонглирование двумя кольцами одной рукой (левой и правой)	5
4.	Перебрасывание двух булав двумя руками встречным перелётом.	5
	Итого	17

Учебно-тематический план третьего года обучения.

№п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов:
1.1	Повторение пройденных упражнений	2
1.2	Жонглирование тремя ,четырьмя шарами	5
1.3	Жонглирование тремя , четырьмя кольцами	5
1.4	Жонглирование тремя булавами	5
	Итого	17

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области жонглирования распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени.

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачетам, экзаменам, олимпиадам. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени. В случае, если консультации проводятся рассредоточено, резерв учебного времени используется на самостоятельную работу обучающихся и методическую работу преподавателей.

Объем самостоятельной работы обучающихся в неделю по учебным предметам определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания, параллельного освоения детьми программ начального и основного общего образования. Объем времени на самостоятельную работу может определяться с учетом сложившихся педагогических традиций, методической целесообразности и индивидуальных способностей ученика. Самостоятельные занятия должны быть регулярными и систематическими.

Виды внеаудиторной работы:

- выполнение домашнего задания;
- посещение учреждений культуры (цирков, фестивалей и конкурсов и др.);
- участие обучающихся в концертах, творческих мероприятиях и культурно-просветительской деятельности образовательного учреждения и др.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи, объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

2. Требования по годам обучения

Весь материал курса построен на последовательном усложнении технических приемов. Программа дает навыки техники жонглирования в объеме, необходимом для создания циркового номера.

Предмет «Жонглирование» изучается по принципу восходящей линии:

- на первом, втором году обучения происходит подготовка физического аппарата и закладываются основы владения жанром;
- На третьем году обучения – совершенствование трюковых комбинаций, овладение новыми предметами (шляпы, палки, теннисные ракетки) в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся, начинается специализация по жонглированию, включающая изучение сложных индивидуальных упражнений, обеспечивающих переход к подготовке учебного номера.

Как и любой учебный процесс, процесс обучения жонглированию строится на дидактических принципах, но имеет свои специфические особенности, свойственные цирковому искусству.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся.

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в области жонглирования:

- сформированный комплекс знаний, умений и навыков в использовании технических приемов жонглирования различными предметами (булавами, кольцами, шарами, мячами, шляпами, тростью, ракетками, веревками с тяжестью на концах) для создания сольного или группового номера в жанре жонглирования;

- знание основ техники безопасности в использовании жонглерского реквизита;
- знание профессиональной терминологии;
- навыки репетиционного процесса;
- концертной работы в качестве солиста или участника циркового номера в жанре жонглирования.
- владение техническими основами жонглирования тремя, четырьмя, пятью предметами;
- владение техническими основами группового жонглирования;
- владение техникой баланса;
- владение формами работы со шляпой, теннисной ракеткой, большим мячом, веревками с тяжестью на концах, хула-хупами, диаволо, тарелочками.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание, оценка качества реализации учебного предмета «Жонглирование» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося. В качестве средств текущего контроля успеваемости могут использоваться тестирование, участие в концертах, фестивалях. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Форму и время проведения промежуточной аттестации по данному предмету образовательное учреждение устанавливает самостоятельно минимум один раз в конце каждого учебного года или по окончании каждой четверти (полугодия). Это могут быть контрольные уроки, зачеты, экзамены, проводимые в виде устных опросов, написания рефератов, просмотров.

По завершении изучения предмета «Жонглирование» проводится аттестация в конце 3 класса, выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

При проведении экзамена необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся.

Формы текущего контроля:

- контрольные уроки,
- творческие смотры.

Критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением. Итоговая аттестация проводится в форме экзамена (участие в учебном номере в жанре жонглирования или демонстрация отдельных элементов жонглирования).

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Образовательным учреждением должны быть разработаны критерии оценок итоговой аттестации. При прохождении итоговой аттестации выпускник должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями. Программа предусматривает проведение для обучающихся консультаций с целью их подготовки к контрольным урокам, зачетам, экзаменам.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень

готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области циркового искусства.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам.

Жонглирование шарами.

- переброска одного шара из руки в руку.

Траектория полета шара должна проходить не выше головы учащегося и быть не шире его корпуса. Подбрасывая шар, не следует применять силу, руки должны быть ненапряженными и согнутыми, пальцы раскрытыми, ладони повернуты вверх. Чтобы поймать шар, учащемуся следует навстречу ему подвести ладонь, сомкнуть пальцы и мягко опустить руку;

- подбрасывать два шара обеими руками следует не одновременно.

Учащийся правой рукой бросает шар в левую руку. В это время он поднимает левую руку навстречу летящему шару, выбрасывает находящийся в ней шар и ловит другой шар, брошенный правой рукой. Подбрасывание шаров надо начинать попеременно правой и левой рукой.

- подбрасывание двух шаров одной рукой.

Первый шар учащийся подбрасывает так, чтобы он пролетел немного выше его головы, а второй шар бросает навстречу первому так, чтобы восходящая траектория полета шара оказалась ближе к середине корпуса исполнителя, чем нисходящая. Особое внимание надо уделить тренировке левой руки;

- 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 полу каскадом 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.

Летающие шары образуют две встречные дуги;

- жонглирование тремя шарами полу каскадом двумя руками.

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

- жонглирование четырьмя шарами в темп – по два каждой рукой;

- жонглирование пятью шарами.

В правую руку берется три шара, в левую два. По очереди выбрасываются сначала один из правой руки, потом второй – из левой и так дальше. Шары должны лететь из правой руки в сторону левого плеча под летящий из левой руки встречный шар, а из левой руки в сторону правого плеча.

Жонглирование кольцами

Научившись перебрасывать одно кольцо из руки в руку, можно приступить к жонглированию двумя и четырьмя кольцами. Специфика жонглирования кольцами – вращательный момент (вращение на себя). Два кольца берутся в правую или левую руку, одно кольцо придерживается мизинцем и безымянным пальцами, а другое большим, указательным и средним пальцами. Сделав взмах рукой, учащийся первым выбрасывает то кольцо, которое придерживалось тремя пальцами, а затем бросает второе кольцо. При броске кисти рук необходимо опускать, а при взмахе поднимать. Это движение заставит кольцо вращаться, что будет способствовать точности его полета.

Четырьмя кольцами жонглируют так же, как и четырьмя шарами, только кисти рук должны быть повернуты ладонями внутрь. Пять колец – учащийся берет в левую руку два кольца, а в правую – три кольца; первое кольцо придерживается мизинцем, второе – безымянным, третье – средним и указательным пальцами, а

большой палец придерживает сверху все три кольца. Жонглировать нужно так же, как и пятью шарами.

Жонглирование булавами

Переброска одной булавы из руки в руку. Булава берется за ручку в правую руку, повернув ее головкой к левому плечу и бросить с таким расчетом, чтобы она сделала один оборот только благодаря тяжести головки. Руки должны двигаться свободно. 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. 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. Жонглирование четырьмя булавами (так же, как и четырьмя кольцами). Жонглирование пятью булавами (так же, как и пятью кольцами).

Балансирование тарелочками, крутка тросточкой, диаволо, хула-хупы и пр.

Крутка на палочке мелкой пластмассовой тарелочки, держа ее вниз дном (специальный реквизит можно приобрести в магазине). Держа вращающуюся тарелку, учащийся может делать различные акробатические элементы.

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.

2. 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. Цирковое искусство России, энциклопедия. Издательство «Большая Российская энциклопедия», 2000
4. Барди Ф. «Под цирковым шатром» Саратов 1973г.
5. Кох З. «вся жизнь в цирке» «Искусство» М.1983г.
6. Большой справочник школьника «Дрофа» М.2002г.
7. Никулин Ю.В. Мир цирка «кладезь» М. 1995г.
8. Никулин Ю.В.» Цирковые клоунады, репризы» «Советская Россия» М. 1970г.
9. Славский Р. «Встречи с цирковым прошлым». «Искусство» М. 1989г.
10. Румянцев Н. «Карандаш» «Искусство» М. 1987г.
11. Успенский В. Очарованные цирком. «Скандинавил» СПб 1995г.
12. Шпеер А.Я. Цирк. «Сов. Энциклопедия» М.1979г.
13. Гурович А.Б. На арене и вокруг неё. «Искусство» М. 1990г.
14. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в УДО «Акробатика»» «Владос» М. 2003г.