

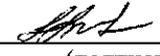
**ГОУК ЛНР «ЛУГАНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВ ИМЕНИ М. МАТУСОВСКОГО»**

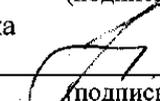
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ.01 ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ И РЕПЕТИЦИОННО-КОНЦЕРТНАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
МДК 01.01. Основы цирковых жанров
52.02.03 ЦИРКОВОЕ ИСКУССТВО**

2020

Рассмотрена и согласована цикловой комиссией циркового искусства, Протокол № 2 от 09.09.2020 г.

Разработана на основе Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 52.02.03 Цирковое искусство программы профессионального модуля ПМ.01. Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность 52.02.03 Цирковое искусство

Председатель цикловой комиссии  Я.А. Скиданенко
(подпись)

И.о. заместителя директора колледжа
по учебно-методической работе  А.И. Сенчук
(подпись)

Составители:

Скиданенко Я.А. Председатель-специалист цикловой комиссии цирковое искусство, преподаватель Государственного образовательного учреждения культуры Луганской Народной Республики «Луганская государственная академия культуры и искусств имени М. Матусовского».

Сенчук А.И. заведующая отделением культуры, преподаватель высшей категории, преподаватель-методист цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин Государственного образовательного учреждения культуры Луганской Народной Республики «Луганская государственная академия культуры и искусств имени М. Матусовского».

Митителу Т. С. заслуженный работник культуры Луганской Народной Республики, преподаватель кафедры театрального искусства государственного образовательного учреждения культуры Луганской Народной Республики «Луганская государственная академия культуры и искусств имени М. Матусовского»

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20__/20__
учебный год

Протокол № ____ заседания ЦК от « ____ » _____ 20__ г.

Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20__/20__
учебный год

Протокол № ____ заседания ЦК от « ____ » _____ 20__ г.

Председатель ЦК _____

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	8
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	10
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	38
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)	41

**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ.01 ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ И РЕПЕТИЦИОННО-КОНЦЕРТНАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
МДК 01. ОСНОВЫ ЦИРКОВЫХ ЖАНРОВ**

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ГОС СПО по специальности **52.02.03 Цирковое искусство** в части освоения основного вида профессиональной деятельности: исполнительская и репетиционно-концертная деятельность и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 1.1. Способность целостного грамотного восприятия и применения профессиональных навыков в выбранном жанре, умение самостоятельно проводить репетиции (в соответствии с программными требованиями).

ПК 1.2. Способность осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в сольной и групповой работе в условиях циркового предприятия и концертной организации.

ПК 1.3. Способность применять в репетиционной и исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, освещения.

ПК 1.4. Способность применять базовые знания по физиологии и анатомии для правильного использования особенностей организма в профессиональной деятельности.

ПК 1.5. Готовность исполнять обязанности руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.

ПК 1.6. Способность создавать цирковые и концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия различными возрастными группами слушателей.

Рабочая программа профессионального модуля по специальности СПО **52.02.03 Цирковое искусство** может быть использована в профессиональном обучении и дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения модуля.

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

уметь:

использовать профессиональные навыки в акробатике, гимнастике, жонглировании, в ручном эквилибре, эквилибра на проволоке, клоунаде и эксцентриаде (в том числе музыкальной) и других жанрах для участия в сольном или групповом цирковом номере;

подготовить цирковой, эксцентрический номер, клоунские репризы, антре, обозначенные в учебных программах;

использовать различный реквизит;

пользоваться различными методами безопасной работы (уметь пассировать и работать с лонжей);

применять готовые номера в цирковых программах;

соблюдать правила техники безопасности;

знать:

основы акробатики, гимнастики, жонглирования, ручного эквилибра, эквилибра на проволоке, клоунады и музыкальной эксцентриады (в том числе музыкальной) и других жанров для создания циркового номера;

средства пластической выразительности;

специальную терминологию;

принципы работы в творческом цирковом коллективе;

приемы общения со зрительской аудиторией;

технику безопасных методов работы (пассировки и работы с лонжей).

иметь практический опыт:

- по акробатике:

выполнения различных акробатических упражнений:

на координацию и ориентацию в пространстве, статических, прыжков, кульбитов и каскадов, произвольных прыжков, на гибкость и растягивание,

темповых упражнений, упражнений с трамплина и мостика, парно-темповых упражнений, парно-групповых упражнений;

- по гимнастике:

выполнения технических и художественных элементов;

выполнения упражнений на гимнастических снарядах и аппаратах;

выполнения силовых и маховых комбинаций на кольцах, трапеции, канате, батуте, турнике, в рамке;

- по жонглированию:

владения техническими приемами жонглирования: быстроты движений, ловкости, темпа, подбрасывания от трех до восьми предметов (булав, колец, шаров, тарелок, палок), комбинации правой и левой рукой, жонглирования тремя, четырьмя и пятью предметами с балансом на лбу;

перекидки с партнерами (от трех до шести предметов), жонглирования

шляпой, теннисной ракеткой, большим мячом, веревками с тяжестью на концах;

- по эквилибру ручному:

выполнения упражнений на равновесие в разных положениях:

стойке на двух руках, в стойке на одной руке, на голове (копфштейн), стойке в упоре на локте, на специальных опорах:

на площадке - кубиках, «стоялках», тростях и руле, катушках;

балансирование;

- по эквилибру на проволоке:

сохранения равновесия на туго натянутой проволоке;

владения веером;

балансирования на правой и левой ноге;

продвижения вперед и назад;

приседания на колено;

скольжения вперед на полупальцах, выполнения полушпагатов;

поворотов на 180 градусов;

бега вперед и назад;

подскоков, прыжков, арабесок, шпагатов, выполнения арабского колеса с приходом на мостик;

сохранения равновесия на свободно подвешенной проволоке;

продвижения вперед и назад, приседания на колено, бокового кача, хождения;

выполнения основной стойки с шестом, полуоборота с переброской шеста через себя

1.3. Использование часов вариативной части в ППССЗ

№ п/п	Дополнительные профессиональные компетенции *	Дополнительные знания, умения	№, наименования темы	Количество часов	Обоснование включения в программу
1.	ПК. находить и использовать пластическую характеристику образа;	Знать разработку постановочного плана и его осуществление.	Тема.1.2.Упражнения на гибкость.	4	подготовка специалистов: -артист цирка; -преподаватель циркового искусства.

2.	ПК. воплощать манеру, совершенствовать технику и выразительность исполнения циркового номера;	Умение работать над развитием пластичности, координации, постановкой корпуса, ног, рук, головы.	Тема. 7.6. Упражнения на развитие гибкости, силы, прыгучести.	4	
3.	ПК. импровизировать, находить музыкальное, эмоциональное и пластическое решение современного циркового номера;	Умение работать с музыкальным материалом.	Тема.94. Вольные упражнения – хореографические прыжки в связке с гимнастическими элементами, творческое исполнение.	2	подготовка специалистов: -артист цирка; -преподаватель циркового искусства.
4.	ПК .применять теоретические основы, практику и методику создания циркового номера и программы в целом.	Знание основных направлений и школ циркового искусства, особенности техники их исполнения.	Тема.5.9. Закрепление и отработка техники элементов сальто .	4	подготовка специалистов: -артист цирка; -преподаватель циркового искусства.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы профессионального модуля:¹

всего –**880** часов, в том числе

максимальной учебной нагрузки обучающихся –**1320** часов,

включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся –**880** часов;

самостоятельной работы обучающихся –**440** часов;

учебной и производственной практики –**612** часов.

¹ – данный пункт заполняется образовательным учреждением (организацией) самостоятельно в соответствии с учебным планом

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность, МДК.01. "Основы цирковых жанров" в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Способность целостного грамотного восприятия и применения профессиональных навыков в выбранном жанре, умение самостоятельно проводить репетиции (в соответствии с программными требованиями).
ПК 1.2.	Способность осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в сольной и групповой работе в условиях циркового предприятия и концертной организации.
ПК 1.3.	Способность применять в репетиционной и исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, освещения.
ПК 1.4.	Способность применять базовые знания по физиологии и анатомии для правильного использования особенностей организма в профессиональной деятельности.
ПК 1.5.	Готовность исполнять обязанности руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.
ПК 1.6.	Способность создавать цирковые и концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия различными возрастными группами слушателей.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе, обеспечивать его сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Тематический план профессионального модуля ПМ.01. Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность. МДК.01.основы цирковых жанров.

Коды профессиональных компетенций	Наименование разделов профессионального модуля	Всего часов ²	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)					Практика	
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка учащихся			Самостоятельная работа учащихся		Учебная, часов	Производственная (по профилю специальности), часов
			Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы практически занятия, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов	Всего, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ПК 1.1 - 1.6	МДК.01.01. Основы цирковых жанров (акробатика, гимнастика, жонглирование, эквилибр ручной, эквилибр на проволоке).	1320	1320	880		440			
ПК 1.1 - 1.6	МДК.01.02. Специальный класс по жанрам (акробатика, гимнастика, жонглирование, эквилибр ручной, эквилибр на проволоке, клоунада и эксцентрика, в том числе музыкальная).	1131	1131	754		377			
ПК 1.1 - 1.6	УП.00 Учебная практика	72						72	
ПК 1.1 - 1.6	ПП.01 Производственная практика (по профилю специальности): Исполнительская практика	612							612
	Всего	3135	2451	1634		817		72	612

² Колонка 3 – это сумма колонок 4, 7, 9,10

Тема 1.3. Скоростно-силовые упражнения.	Содержание учебного материала 1.Кувьрки. 2. Начальные акробатические упражнения на дорожке.	
---	--	--

1	2	3
	<p>Практическое занятие: 1.Подготовительные упражнения. 2.Разновидности переворотов.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. Кувырки. Скоростно-силовые упражнения. Начальные акробатические упражнения на дорожке</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Скоростно-силовые упражнения</p>	<p>3</p> <p>4</p>
<p>Тема 1.4. Разновидности переворотов.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Переворот вперед. 2.Начальные акробатические упражнения на дорожке. 3.Темповые перевороты</p> <p>Практическое занятие: Подготовительные упражнения. Разновидности переворотов.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Статические и динамические упражнения.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Разновидности переворотов.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 1.5. Статические и динамические упражнения.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Разучивание новых акробатических элементов в статике. 2.Разучивание новых акробатических элементов в динамике.</p> <p>Практическое занятие: Разучивание новых акробатических элементов.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Статические и динамические упражнения.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Статические и динамические упражнения.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 1.6. Составление акробатических элементов в простые комбинации</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Кувырок, колесо. 2.Колесо, переворот</p> <p>Практическое занятие: 1.Кульбит вперед в группировке. 2.Кульбит прыжком. Кульбит согнувшись</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Кульбиты. Кульбит вперед в группировке</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Составление акробатических элементов в простые комбинации</p>	<p>4</p> <p>2</p>

1	2	3
Тема 1.7. Сложение выученных элементов в комбинации.	Содержание учебного материала Составление акробатических элементов в простые комбинации.	
	Практическое занятие: 1. Кульбит назад в стойку на руках 2. Кульбит назад прогибом через плечо 3. Кульбит назад в стойку на руках – стойка на руках –кульбит.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Кульбит прыжком. Кульбит согнувшись. Тематика самостоятельной работы: Сложение выученных элементов в комбинации.	2
Раздел 2. Разновидности переворотов		
Тема 2.1. Перевороты. Переворот на одну ногу, на две ноги.	Содержание учебного материала 1.Переворот с головы. 2.Переворот на одну ногу, на две ноги.	
	Практическое занятие: Составление акробатических элементов в простые комбинации.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Кульбит прыжком. Кульбит согнувшись. Тематика самостоятельной работы: Перевороты. Переворот на одну ногу, на две ноги.	2
Тема 2.2. Переворот с двух на две ноги. Рондад.	Содержание учебного материала 1.Рондад. 2.Переворот с двух на две ноги. 3.Рондат.	
	Практическое занятие: Арабский переворот. Разновидности переворотов, усовершенствование техники выполнения	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Копфншрунг. Переворот с двух на две ноги. Рондат.	2
	Тематика самостоятельной работы: Переворот с двух на две ноги. Рондад.	
Раздел 3.Прыжки на дорожке.		
Тема 3.1. Прыжки на дорожке.	Содержание учебного материала 1.Перевороты. Переворот с головы. 2.Переворот на одну ногу, на две ноги	
	Практическое занятие: Простые комбинации с переворотов и колес.	4

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Фордоршпрунг</p> <p>Переворот, на две ноги</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Прыжки на дорожке.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 3.2. Переворот с двух на две ноги.Рондад.</p>	<p>Содержание учебного материала Переворот с двух на две ноги. Рондад.</p> <p>Практическое занятие: Рондат с поворотом на 180° - переворот вперед. Переворот на одну ногу – на две ноги.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Переворот с двух на две ноги.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Переворот с двух на две ноги.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 3.3. Прыжки на дорожке. Фляк – переворот назад.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Фляк. 2.Фляк – переворот назад.</p> <p>Практическое занятие: Отработка техники упражнения – фляк. Повторение и закрепление упражнений и простых комбинаций. Рондад.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Фляк – переворот назад.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Отработка техники упражнения – фляк.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 3.4. Скоростно-силовые упражнения.</p>	<p>Содержание учебного материала Выполнение акробатических комбинаций.</p> <p>Практическое занятие: 1.Выполнение упражнений в комбинации рондат-фляк, фляк. 2.Ознакомление, выполнения упражнений со страховкой. 3.Упражнения на гибкость и прыгучесть.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Скоростно-силовые упражнения. Выполнение акробатических комбинаций</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Скоростно-силовые упражнения</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 3.5. Перевороты колесом.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Колесо вперед. 2.Арабский переворот.</p>	

1	2	3
	<p>Практическое занятие: 1. Упражнения разогревающие мышцы спины. Закрепление и отработка техники упражнения сальто. 2. Силовые упражнения и упражнения на развитие прыгучести.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Арабский переворот.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Перевороты колесом.</p>	<p>3</p> <p>4</p> <p>2</p>
Раздел 4. Усовершенствование техники выполнения акробатических элементов.		
<p>Тема 4.1. Разновидности переворотов, усовершенствование техники выполнения.</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Усовершенствование техники выполнения. 2. Колесо назад.</p> <p>Практическое занятие: Подготовительные разогревающие упражнения. Колесо назад.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Усовершенствование техники выполнения.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Разновидности переворотов, усовершенствование техники выполнения.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 4.2. Усовершенствование техники выполнения переворотов колесом.</p>	<p>Содержание учебного материала Выполнения переворотов колесом.</p> <p>Практическое занятие: Колесо – переворот назад – переворот назад с перекатом на грудь. Отработка комбинаций с переворотами.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Скоростно-силовые упражнения.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Усовершенствование техники выполнения переворотов колесом.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 4.3. Сложение выученных элементов в комбинации.</p>	<p>Содержание учебного материала Сложение выученных элементов в комбинации.</p> <p>Практическое занятие: Перевороты на дорожке. Рондат – фляк. Переворот на одну ногу – рондад – переворот. Рондад фляк.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Сложение выученных элементов в комбинации.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Сложение выученных элементов в комбинации.</p>	<p>4</p> <p>2</p>
<p>Тема 4.4 Простые комбинации с переворотов и колес.</p>	<p>Содержание учебного материала Колесо – кувырок на одну ногу – колесо.</p>	

1	2	3
	Практическое занятие: Простые комбинации с переворотов и колес Самостоятельная работа обучающихся: Колесо – кувырок на одну ногу – колесо. Тематика самостоятельной работы: Простые комбинации с переворотов и колес.	4 2
Тема 4.5 Кувырок назад с поворотом на 180 °.	Содержание учебного материала Кувырок назад с поворотом на 180 °. Практическое занятие: 1.Кувырок на одну ногу – на две ноги. 2.Кувырок назад с поворотом на 180 °. Самостоятельная работа обучающихся: Кувырок назад с поворотом на 180 °. Тематика самостоятельной работы: Кувырок назад с поворотом на 180 °.	 4 2
Тема 4.6. Подъем разгибом с головы, через – «Мост».	Содержание учебного материала Подъем разгибом с головы. Практическое занятие: Подъем разгибом с головы, через – «Мост». Самостоятельная работа обучающихся: Подъем разгибом с головы, через – «Мост». Тематика самостоятельной работы: Подъем разгибом с головы, через – «Мост».	 4 2
Тема 4.7. Простые комбинации с переворотами.	Содержание учебного материала Простые комбинации с переворотами. Практическое занятие: 1.Простые комбинации с переворотами. 2.Переворот вперед на одну ногу – рондад. Самостоятельная работа обучающихся: Переворот вперед на одну ногу – рондад.	 4 2
Тема 4.8. Рондад с поворотом на 180° - переворот вперед.	Содержание учебного материала Рондад с поворотом на 180° - переворот вперед. Практическое занятие: 1.Рондад с поворотом на 180°. 2.Рондад с поворотом на 180° - переворот вперед. Самостоятельная работа обучающихся: Рондад с поворотом на 180° - переворот вперед. Тематика самостоятельной работы: Рондад с поворотом на 180° - переворот вперед.	 4 2

1	2	3
Раздел 5. Отработка техники выполнения акробатических элементов на дорожке.		
Тема 5.1. Переворот на одну ногу – на две ноги. Переворот с двух на две ноги.	Содержание учебного материала 1.Переворот на одну ногу – на две ноги. 2.Переворот с двух на две ноги.	
	Практическое занятие: Переворот на одну ногу – на две ноги.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Переворот с двух на две ноги.	2
	Тематика самостоятельной работы: Переворот на одну ногу – на две ноги. Переворот с двух на две ноги.	
Тема 5.2. Выполнение комбинаций на дорожке. Переворот на одну ногу на две ноги	Содержание учебного материала 1.Выполнение комбинаций на дорожке. 2.Переворот на одну ногу на две ноги.	
	Практическое занятие: Выполнение комбинаций на дорожке.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Переворот на одну ногу на две ноги.	2
	Тематика самостоятельной работы: Выполнение комбинаций на дорожке. Переворот на одну ногу на две ноги.	
Тема 5.3. Разбор упражнения фляк.	Содержание учебного материала Разбор упражнения фляк.	
	Практическое занятие: Выполнение акробатического элемента фляк на дорожке.	4
	Самостоятельная работа обучающихся:	2
	Тематика самостоятельной работы: Разбор упражнения фляк.	
Тема 5.4. Выполнение акробатических элементов на дорожке. Отработка техники упражнения – фляк.	Содержание учебного материала Отработка техники упражнения – фляк.	
	Практическое занятие: Выполнение акробатических элементов на дорожке.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Отработка техники упражнения – фляк.	2
	Тематика самостоятельной работы: Отработка техники упражнения – фляк.	
Тема 5.2. Повторение и закрепление упражнений и простых комбинаций. Рондат.	Содержание учебного материала Повторение и закрепление упражнений и простых комбинаций. Рондат.	
	Практическое занятие: Рондат.	4

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов на дорожке.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Повторение и закрепление упражнений и простых комбинаций. Рондат.</p>	2
<p>Тема 5.3. Отработка упражнений – рондад, фляк.</p>	<p>Содержание учебного материала Отработка упражнений – рондад, фляк.</p>	
	<p>Практическое занятие: Отработка техники упражнения – фляк.</p>	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов на дорожке.</p>	2
<p>Тема 5.4. Выполнение упражнений в комбинации рондад-фляк, фляк.</p>	<p>Содержание учебного материала Выполнение упражнений в комбинации рондад-фляк, фляк.</p>	
	<p>Практическое занятие: Выполнение упражнений в комбинации рондад-фляк, фляк.</p>	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов на дорожке.</p>	2
<p>Тема 5.5. Сальто вперед (юноши) и маховое сальто (девушки).</p>	<p>Содержание учебного материала Ознакомление, выполнения со страховкой. и маховое сальто (девушки).</p>	
	<p>Практическое занятие: Сальто вперед (юноши)</p>	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке. 2.Отработка техники упражнения – фляк.</p>	2
	<p>Тематика самостоятельной работы: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке. 2.Отработка техники упражнения – фляк.</p>	
<p>Тема 5.6. Упражнения на гибкость и прыгучесть.</p>	<p>Содержание учебного материала Упражнения на гибкость и прыгучесть.</p>	

1	2	3
	Практическое занятие: Выполнение акробатических элементов на дорожке.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов на дорожке.	2
	Тематика самостоятельной работы: 1. Упражнения на гибкость и прыгучесть. 2. Отработка техники упражнения – фляк.	
Тема 5.7. Закрепление и отработка техники элементов сальто вперед с разбега юношами, и маховое сальто девушками.	Содержание учебного материала Отработка техники элементов сальто вперед с разбега юношами, Маховое сальто девушками.	
	Практическое занятие: 1. Разбор техники выполнения сальто согнувшись юношами, и сальто вперед и маховое сальто девушками. 2. Разбор упражнения сальто назад (юношами). 3. Разбор и отработка техники выполнения сальто назад.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов на дорожке.	2
	Тематика самостоятельной работы: 1. Закрепление и отработка техники элементов сальто вперед с разбега юношами, и маховое сальто девушками. 2. Отработка техники упражнения – фляк.	
Тема 5.8. Упражнения разогревающие мышцы спины, силовые упражнения и упражнения на развитие прыгучести	Содержание учебного материала 1. Упражнения разогревающие мышцы спины. 2. Упражнения на развитие прыгучести.	
	Практическое занятие: Выполнение акробатических элементов на дорожке.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Отработка техники упражнения – фляк.	2
	Тематика самостоятельной работы: Упражнения разогревающие мышцы спины, силовые упражнения и упражнения на развитие прыгучести.	
Тема 5.9. Закрепление и отработка техники упражнения сальто вперед с разбега юношами.	Содержание учебного материала	
	Упражнения сальто вперед с разбега юношами.	

1	2	3
	Практическое занятие: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.Упражнения на развитие прыгучести. 2. Отработка техники упражнения – фляк. Тематика самостоятельной работы: Закрепление и отработка техники упражнения сальто вперед с разбега юношами.	2
Тема 5.10. Закрепление и отработка упражнения сальто маховое с разбега девушками.	Содержание учебного материала Отработка упражнения сальто маховое с разбега девушками.	
	Практическое занятие: Сальто маховое с разбега девушками.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение сальто маховое с разбега девушками с помощью партнера.	2
	Тематика самостоятельной работы: Закрепление и отработка упражнения сальто маховое с разбега девушками.	
Раздел 6. Парно-групповые упражнения		
Тема 6.1. Парные упражнения. Подготовительные разогревающие упражнения.	Содержание учебного материала Парные упражнения. Подготовительные разогревающие упражнения.	
	Практическое занятие: Стойка руки в руки	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов с партнерами	2
	Тематика самостоятельной работы: Парные упражнения. Подготовительные разогревающие упражнения.	
Тема 6.2. Стойка верхнего плечами на руках нижнего (нижний лежа)	Содержание учебного материала Практическое занятие: Стойка верхнего плечами на руках нижнего (нижний лежа)	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Стойка верхнего	2
	Тематика самостоятельной работы: Стойка верхнего плечами на руках нижнего (нижний лежа)	

1	2	3
Тема 6.3. Полуколонна – стойка ногами верхнего на бедрах партнера, каждый стоит в полуприседе.	Содержание учебного материала	
	Полуколонна – стойка ногами верхнего на бедрах партнера стойка ногами верхнего на бедрах партнера, каждый стоит в полуприседе.	
	Практическое занятие: 1. Парные упражнения. Стойка. 2. Подготовительные разогревающие упражнения.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Полуколонна	
Тематика самостоятельной работы: Полуколонна – стойка ногами верхнего на бедрах партнера, каждый стоит в полуприседе.	2	
Раздел 7. Усложненные прыжковые комбинации на дорожке.		
Тема 7.1. Усложненные комбинации с переворотов и колес. Переворот со сменой ног – переворот на одну ногу – арабское колесо.	Содержание учебного материала	
	1. Усложненные комбинации с переворотов. 2. Переворот со сменой ног.	
	Практическое занятие: Переворот со сменой ног.	4
	Самостоятельная работа обучающихся: Тематика самостоятельной работы: Усложненные комбинации с переворотов и колес. Переворот со сменой ног – переворот на одну ногу – арабское колесо.	
Тема 7.2. Разбор комбинации – переворот на одну ногу через одну руку – колесо через одну руку.	Содержание учебного материала	
	Разбор комбинации – переворот на одну ногу через одну руку – колесо через одну руку.	
	Практическое занятие: Разбор комбинации – переворот на одну ногу через одну руку – колесо через одну руку.	6
	Самостоятельная работа обучающихся: Комбинации – переворот на одну ногу Тематика самостоятельной работы: Разбор комбинации – переворот на одну ногу через одну руку – колесо через одну руку.	
Тема 7.3. Скоростно-силовые упражнения. Колесо – переворот назад – переворот назад с перекатом на грудь.	Содержание учебного материала	
	1. Скоростно-силовые упражнения. 2. Колесо – переворот назад – переворот назад с перекатом на грудь.	
	Практическое занятие: Скоростно-силовые упражнения.	6

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Упражнения. Колесо – переворот назад Колесо – переворот назад – переворот назад с перекатом на грудь.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Скоростно-силовые упражнения. Колесо – переворот назад – переворот назад с перекатом на грудь.</p>	2
<p>Тема 7.4. Отработка комбинаций с переворотами.</p>	<p>Содержание учебного материала Отработка комбинаций с переворотами.</p> <p>Практическое занятие: Колесо – переворот назад – переворот назад</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Отработка техники упражнения – комбинаций с переворотами.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Отработка техники упражнения – комбинаций с переворотами.</p>	6 2
<p>Тема 7.5. Упражнения на развитие гибкости, силы, прыгучести.</p>	<p>Содержание учебного материала Упражнения на развитие гибкости, силы, прыгучести.</p> <p>Практическое занятие: Развитие гибкости, силы, прыгучести.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке. 2.Отработка техники упражнения – фляк.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Упражнения на развитие гибкости, силы, прыгучести.</p>	6 2
<p>Тема 7.6. Отработка акробатических упражнений с переворотов и колес.</p>	<p>Содержание учебного материала Акробатических упражнений с переворотов и колес.</p> <p>Практическое занятие: Выполнение акробатических элементов на дорожке.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Отработка техники упражнений переворотов и колес.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Отработка акробатических упражнений с переворотов и колес.</p>	6 2
<p>Тема 7.7. Связки акробатических упражнений. Их выполнение в комбинациях.</p>	<p>Содержание учебного материала Связки акробатических упражнений. Их выполнение в комбинациях.</p> <p>Практическое занятие: Выполнение акробатических элементов на дорожке.</p>	6

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Связки акробатических упражнений. Их выполнение в комбинациях.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Связки акробатических упражнений. Их выполнение в комбинациях.</p>	<p>3</p> <p>4</p>
<p>Тема 7.8. Усложненные комбинации с переворотами. Два переворота на одну ногу – переворот на две ноги.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1.Сложненные комбинации с переворотами. 2.Два переворота на одну ногу.</p> <p>Практическое занятие: Усложненные комбинации с переворотами</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке. 2.Два переворота на одну ногу – переворот на две ноги.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: 1.Усложненные комбинации с переворотами. 2.Два переворота на одну ногу – переворот на две ноги.</p>	<p>6</p> <p>4</p>
<p>Тема 7.9. Закрепление комбинаций с переворотами.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Закрепление комбинаций с переворотами.</p> <p>Практическое занятие: Комбинации с переворотами</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке. 2.Темповые комбинации с переворотами.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Закрепление комбинаций с переворотами.</p>	<p>6</p> <p>4</p>
<p>Тема 7.10. Статические и динамические упражнения. Переворот на одну ногу – рондад.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Переворот на одну ногу – рондад.</p> <p>Практическое занятие: Статические и динамические упражнения.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.Выполнение акробатических элементов на дорожке. 2.Отработка техники упражнения – Переворот на одну ногу – рондад.</p> <p>Тематика самостоятельной работы: Статические и динамические упражнения. Переворот на одну ногу – рондад.</p>	<p>6</p> <p>4</p>

1	2	3
Тема 7.11. Выполнение упражнений и комбинаций на дорожке	Содержание учебного материала	
	Выполнение упражнений и комбинаций на дорожке	
	Практическое занятие: Повтор всего пройденного материала.	6
	Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение акробатических элементов на дорожке.	4
	Тематика самостоятельной работы: Выполнение упражнений и комбинаций на дорожке. Повтор всего пройденного материала.	
	Промежуточная аттестация: экзамен - в соответствии с учебным планом образовательной организации (учреждения)	
	Всего часов:	324
МДК 01.01.02 Гимнастика		
<i>1 курс I семестр</i>		
Тема 1.1.1. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Практические занятия: 1. Специфика снаряда; 2. введение и терминология.	1
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. специфика и различия снаряда в гимнастике; 2. гимнастика, как основополагающий жанр циркового искусства.	0,5
Тема 2.2.1. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1. Специфика снаряда; 2. введение и терминология.	1
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения упражнений; 2. простые упражнения на низкой гимнастической перекладине.	0,5
Тема 3.3.1. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1. Специфика снаряда; 2. введение и терминология.	1

1	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения упражнений; 2. простые упражнения на гимнастических параллельных брусьях.	1
Тема 4.4.1. Упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1. Специфика снаряда; 2. введение и терминология.	1
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения упражнений на гимнастическом бревне; 2. простые упражнения на гимнастическом бревне.	0.5
Тема 5.1.2. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину.	Практические занятия: 1. общая физическая подготовка; 2. разновидности снаряда 3. принципы использования гимнастического мостика.	1
Тема 6.2.2. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Разновидности прыжков; 2. Разновидности гимнастики в цирковом искусстве.	0.5
	Практические занятия: 1. общая физическая подготовка; 2. подтягивания; висы в различных хватах.	1
Тема 7.3.2. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты подтягивания на низкой гимнастической перекладине. 2. использование различных хватов в гимнастических элементах на перекладине.	0.5
	Практические занятия 1. общая физическая подготовка; 2. выход в упор на руках толчком; 3. выход в упор на руках силой.	1
Тема 8.4.2. Упражнения на гимнастическом бревне	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретический анализ выходов в упор на гимнастических параллельных брусьях; 2. Использование гимнастических параллельных брусьев в цирковых номерах.	0.5

1	2	3
	Практические занятия: 1.заход на снаряд; 2.ходьба по снаряду; 3.общая физическая подготовка;	1
Тема 9.1.3. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Самостоятельная работа обучающихся: 1.варианты захода на гимнастическое бревно; 2.варианты схода с гимнастического бревна.	0.5
	Практические занятия: 1.меры предосторожности ; 2.варианты страховки; 3.специфика разбега.	1
Тема10. 2.3. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Самостоятельная работа обучающихся: 1.теоретические знания оборудование для страховки и безопасности исполнения упражнений. 2.название прыжков и история их возникновения в гимнастике.	0.5
	Практические занятия: 1.подтягивания обратным хватом; 2. повороты и заходы в различные хваты; 3.общая физическая подготовка.	1
Тема11. 3.3. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Самостоятельная работа обучающихся: 1.теоретические знания вариантов хвата и их применение; 2.варианты заходов в различные хваты; 3. Использование гимнастической перекладины в цирковых номерах.	0.5
	Практические занятия: 1.отжимания в упоре на руках; 2.отжимания в упоре на руках с помощью махов; 3.общая физическая подготовка.	1
Тема12. 4.3. Упражнения на гимнастическом бревне	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты отжиманий на гимнастических параллельных брусьях; 2. эксцентрические жанры в цирковом искусстве	0.5

1	2	3
	Практические занятия: 1.заскок на снаряд с помощью гимнастического мостика; 2. соскоки со снаряда; 3. общая физическая подготовка.	1
Тема 13.1.4. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты заскоков на гимнастическое бревно; 2. варианты соскоков с гимнастического бревна.	0.5
	Практические занятия: 1. принципы использования гимнастического мостика; 2. отскоки с мостика в мат; 3. общая физическая подготовка.	1
Тема 14.2.4. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Самостоятельная работа обучающихся: 1. принципы использования гимнастического мостика для прыжков с разбега; 2. варианты отскоков с мостика в мат с разбега.	0.5
	Практические занятия: 1. поднятия ног в группировку в висячем положении; 2. поднятие прямых ног в «уголок» в висячем положении; 3. поднятие ног в высокий угол с помощью маха; 4. общая физическая подготовка.	1
Тема 15. 3.4. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретическое применение упражнения «уголок» на низкой гимнастической перекладине 2. выполнение гимнастических упражнений с помощью махов.	0.5
	Практические занятия: 1. поднятие ног в «уголок» в упоре на руках силой; 2. ходьба по брусьям в упоре на руках; общая физическая подготовка.	1
Текущий контроль	Самостоятельная работа обучающихся: 1. разновидности и варианты применения упражнения «уголок» на параллельных брусьях; 2. ходьба по брусьям в упоре на руках, как общеразвивающее упражнение.	0.5
	Творческий показ простых гимнастических упражнений, устный опрос теоретических знаний.	1

1	2	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i> анализ пройденного материала.	0.5
<i>Курс II семестр</i>		
Тема 16.4.4. Упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1. баланс на одной ноге на снаряде; 2. ходьба с махом правой / левой ногой « батман» на снаряде; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические знания оборудование для страховки и безопасности исполнения упражнений. 2. теоретическое применение махов «батманов» в гимнастических связках и комбинациях	1
Тема 17. 1.5. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Практические занятия: 1. наскок на гимнастический мостик с разбега; 2. прыжок через снаряд ноги врозь «разножка»; 3. отработка приземления.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические основы и варианты наскока на гимнастический мостик; 2. теория выполнения прыжка «переворот»	1
Тема 18. 2.5. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1. подъём переворотом 2. сход из упора на руках в вис кувырком вперёд 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретическое использование подъёма переворотом на низкой гимнастической перекладине; 2. теория исполнения кувырка вперёд из упора на руках в упор на руках.	1
Тема 19.3.5. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1. разворот переходом через одну жердь в упоре на руках; 2. махи в упоре на руках; 3. общая физическая подготовка.	2

1	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения поворота переходом через одну жердь в стойке на руках; 2. теория выполнения выхода в стойку на руках махом	1
Тема 20.4.5. Упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1. подскоки и прыжки на снаряде; 2. подскоки и прыжки с поворотом на снаряде; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические знания гимнастических прыжков на гимнастическом бревне. 2. теоретические знания гимнастических прыжков с поворотом на гимнастическом бревне;	1
Тема 21.1.6. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Практические занятия: 1. повторение прыжка ноги врозь «разножка»; 2. прыжок через снаряд в группировке «козлик»; 3. упражнения для развития прыгучести.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты использования переворота в опорном прыжке; 2. варианты прыжков через коня с использованием рондада.	1
Тема 22.2.6. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1. махи, поворот махом вперед; 2. связка; подъём переворотом, сход, кувырком вперед в вис; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. специфика и варианты исполнения махов и махов с поворотом. 2. варианты продолжения связки на низкой перекладине.	1
Тема 23.3.6. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1. соскок махом назад через жердь; 2. соскок махом назад через одну руку; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория исполнения соскока с брусьев, махом вперед.	1

1	2	3
	2. теория исполнения соскока с брусьев, через стойку на руках.	
Тема 24.4.6. Упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1.соскок «гладкий» со снаряда; 2.соскок с вращением вокруг своей оси «гладкий с пируэтом» со снаряда; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.теоретические знания гимнастических соскоков с гимнастического бревна; 2.теория выполнения сальто вперёд / назад с гимнастического бревна.	1
Тема 25.1.7. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Практические занятия: 1.повторение прыжка в группировке «козлик» 2.отработка приземления; 3.упражнения для развития прыгучести.	2
Тема 26.2.7. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения прыжка «Цукахара»; 2. варианты исполнения прыжка «Цукахара»; 3. история возникновения прыжка «Цукахара».	1
	Практические занятия: 1.поворот махом вперёд «санжеровка»; 2. с махов в висе сед на перекладину через складку ноги врозь; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. специфика и варианты исполнения « санжеровки» 2.анализ захода из виса в сед через складку ноги вместе «продев»	1
Тема 27.3.7. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1.махи в упоре на плечах; 2.подъёмы, в упор на руках, махом вперёд / назад из упора на плечах; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ подъёмов махом вперёд / назад из упора на плечах; 2. теория выполнения выхода в стойку на руках, из упора на плечах, махом назад.	1

1	2	3
Тема 28.4.7. Упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1.соскок «гладкий» с разбега; 2.соскок с вращением вокруг своей оси «гладкий с пируэтом» с разбега; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ и варианты выполнения сальто вперёд / назад с гимнастического бревна. 2.варианты использования сальто для заскока на гимнастическое бревно.	1
Тема 29.1.8. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Практические занятия: 1.прыжок через снаряд ноги вместе прямыми ногами «лёт» 2.отработка приземления; 3.упражнения для развития прыгучести;	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения прыжка «сальто через коня» 2.теория выполнения прыжка «полтора вперёд»	1
Тема 30.2.8. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1.поворот махом вперёд «санжеровка» подряд несколько раз; 2.отработка захода махом в сед на перекладину через складку ноги врозь; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.теория выполнения оборота назад из седа в сед на перекладине; 2.теория выполнения сальто назад с седа на перекладине.	1
Тема 31.3.8. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1.кувырок вперёд через плечи махом назад из упора на плечах 2.кувырок назад через плечи махом вперёд из упора на плечах . 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.теория выполнения кувырка назад через плечи махом вперёд из упора на плечах. 2. теория выполнения элемента «сальто над жердями»	1

1	2	3
Тема 32.4.8. Упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1. заход на снаряд, прыжком, с помощью гимнастического мостика с разбега 2. кувырки вперёд /назад на снаряде 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты заходов на гимнастическое бревно с помощью мостика с разбега. 2. теория выполнения сальто вперёд / назад на гимнастическом бревне.	1
Тема 33.1.9. Опорный прыжок через гимнастического коня в ширину	Практические занятия: 1. Отработка прыжка ноги вместе прямыми ногами «лёт»; 2. выполнение прыжка «переворот»; 3. упражнения для развития прыгучести;	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения прыжка «сальто до» 2. теория выполнения прыжка «бланж через коня»	1
Тема 34.2.9. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1. заход из вися в сед через складку ноги вместе «продев»; 2. выкрут, продевом ног между рук, в «итальянский» хват; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория составления гимнастических связок и комбинаций; 2. теория выполнения гимнастической связки, продев – выкрут, на перекладине с маха или оборотов обратным хватом.	1
Тема 35. 3.9. Упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1. кувырок вперёд через плечи из положения сидя ноги врозь; 2. выход в стойку на плечах из упора на руках махом назад ; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения сальто вперёд / назад в соскок. 2. теория выполнения сальто вперёд с поворотом в соскок.	1

1	2	3
Итоговая аттестация.	Экзамен	-
	<i>II курс III семестр</i>	
Тема 36.1.1. Опорный прыжок через гимнастического коня в длину	Практические занятия: 1. анализ пройденного материала; 2. план изучения нового материала; 3. повторение прыжка «переворот»	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения прыжка «рондад» через гимнастического коня; 2. анализ пройденного материала.	1
Тема 37.2.1. Сложные упражнения на высокой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1. анализ пройденного материала; 2. переворот в упоре назад «перешмыг» 3. деятели циркового искусства разных эпох, их вклад в развитие мировой цирковой культуры;	2
	Самостоятельная работ обучающихся: 1. теория выполнения оборотов на турнике «солнышко»; 2. анализ пройденного материала; 3. цирковые династии.	1
Тема 38.3.1. Сложные упражнения на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1. анализ пройденного материала; 2. кувырок вперед махом; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория исполнения «сальто под / над жердями» на гимнастических параллельных брусьях; 2. анализ пройденного материала.	1
Тема 39.4.1. Сложные упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1. анализ пройденного материала; 2. несколько кувырков вперед / назад подряд на снаряде 3. общая физическая подготовка.	2

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория исполнения «пируэта» в прыжках на гимнастическом бревне; 2. анализ пройденного материала.</p>	1
<p>Тема 40.5.1. Вольные упражнения</p>	<p>Практические занятия: 1. специфика снаряда, варианты модификаций; 2. порядок и правила выполнения упражнений; 3. простые гимнастические элементы.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические знания гимнастических связок и элементов в вольных упражнениях; 2. использование гимнастических связок в цирковых номерах.</p>	1
<p>Тема 41.1.2. Опорный прыжок через гимнастического коня в длину</p>	<p>Практические занятия: 1. отработка прыжка «переворот»; 2. выполнение прыжка «рондад»; 3. упражнения для развития прыгучести.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические знания комбинированных гимнастических элементов в опорном прыжке; 2. теория использования гимнастических навыков в повседневной жизни артиста.</p>	1
<p>Тема 42.2.2. Связки на высокой гимнастической перекладине</p>	<p>Практические занятия: 1. мах, подъём разгибом, отмах в упоре на руках; 2. отмах переворот на бёдрах «перешмыг»; 3. общая физическая подготовка.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты гимнастических выходов в упор или стойку на руках на высокой гимнастической перекладине; 2. теоретическое составление комбинаций на перекладине.</p>	1
<p>Тема 43.3.2. Сложные упражнения на гимнастических параллельных брусьях</p>	<p>Практические занятия: 1. несколько кувырков вперёд махом; 2. общая физическая подготовка. 3. гимнастика, как основополагающий жанр циркового искусства</p>	2

1	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты связок с использованием кувырков вперёд / назад на брусках; 2. составление связок используя полученные умения.	1
Тема 44.4.2. Сложные упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1. переворот вперёд с места; 2. переворот вперёд с подскока; 3. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты переворотов и их использование в гимнастических связках; 2. теория выполнения флик - фляка.	1
Тема 45.5.2. Вольные упражнения	Практические занятия: 1. простая гимнастическая комбинация из кувырков; 2. гимнастические элементы на баланс; 3. упражнения на растяжку и гибкость.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические знания акробатических связок и элементов в вольных упражнениях; 2. гимнастические элементы с использованием растяжки и гибкости.	1
Тема 46.2.3. Связки на высокой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1. Отработка связки: мах, подъём разгибом, отмах в упоре на руках, оборот на бёдрах «перешмыг»; 2. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. специфика оборотов на перекладине в зависимости от хвата рук; 2. перелёты через перекладину в гимнастике, принципы, варианты исполнения.	1
Тема 47.3.3. Связки на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1. изучение связки: из упора на плечах, подъём махом вперёд, кувырок через плечи махом назад в положение, сед ноги врозь; 2. общая физическая подготовка.	2

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой связки, варианты её продолжения; 2. теория выполнения махов в висячем положении и оборотов на параллельных брусьях.</p>	1
<p>Тема 48.4.3. Сложные упражнения на гимнастическом бревне</p>	<p>Практические занятия: 1. переворот назад на снаряде; 2. упражнение на баланс «ласточка»; 3. упражнение на баланс «флажок»; 4. общая физическая подготовка.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. теория выполнения рондада - флик-фляка на гимнастическом бревне; 2. влияние гимнастики на современное цирковое искусство.</p>	1
<p>Тема 49.5.3. Вольные упражнения</p>	<p>Практические занятия: 1. отработка простой гимнастической комбинации из кувырков; 2. гимнастические элементы на баланс «ласточка»; 3. упражнения на растяжку и гибкость.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. теоретические знания акробатических комбинаций в вольных упражнениях; 2. анализ сложных гимнастических связок.</p>	1
<p>Тема 50.2.4. Связки на высокой гимнастической перекладине</p>	<p>Практические занятия: 1. Изучение связки: мах, подъём разгибом, отмах в упоре на руках, оборот на бёдрах «перешмыг», спад в вис на руках 2. общая физическая подготовка.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой комбинации, варианты её продолжения; 2. анализ сложных гимнастических перелётов через перекладину; 3. различные виды соскоков с перекладины.</p>	1
<p>Текущий контроль</p>	<p>Творческий показ гимнастических упражнений и связок, устный опрос теоретических знаний.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: анализ пройденного материала.</p>	1

1	2	3
	II курс IV семестр	
Тема 51.3.4. Связки на гимнастических параллельных брусьях	Практические занятия: 1.изучение связки: из упора на плечах, подъём махом вперёд, кувырок через плечи махом назад в положение, сед ноги врозь, переход силой в упор на руках; 2. общая физическая подготовка.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ изучаемой комбинации, варианты её продолжения; 2. сложные гимнастические элемента на параллельных брусьях.	1
Тема 52.4.4. Сложные упражнения на гимнастическом бревне	Практические занятия: 1.переворот назад в «ласточку» на снаряде; 2. «колесо» и «колесо» с поворотом на снаряде; 3. общая физическая подготовка.	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.варианты простых гимнастических связок, возможных для исполнения; 2.теория выполнения связки: рондад- сальто в соскок.	1
Тема 53.5.4. Вольные упражнения	Практические занятия: 1.сложная гимнастическая комбинация из кувырков 2.гимнастические элементы на баланс « флажок»; 3.упражнения на растяжку и гибкость. 4.Цирковые династии Царской России и СССР.	2
	Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ сложных акробатических комбинаций в вольных упражнениях; 2. Цирковые династии знаменитые ковёрные Царской России и СССР.	1
Тема 54.2.5. Связки на высокой гимнастической перекладине	Практические занятия: 1.изучение связки: мах, подъём разгибом, отмах в упоре на руках, оборот на бёдрах «перешмыг», спад в вис на руках, через мах продев ноги вместе, выход в сед на перекладину; 2.общая физическая подготовка.	2

1	2	3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой комбинации, варианты её окончания; 2. анализ сложных гимнастических соскоков с перекладины.</p>	1
<p>Тема 55.3.5. Связки на гимнастических параллельных брусьях</p>	<p>Практические занятия: 1. связка: из упора на плечах, подъём махом вперёд, кувырок через плечи махом назад в положение, сед ноги врозь, переход силой в упор на руках, угол ноги врозь; 2. общая физическая подготовка.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой комбинации, варианты её продолжения; 2. анализ сложных гимнастических соскоков с параллельных брусьев.</p>	1
<p>Тема 56.4.5. Связки на гимнастическом бревне</p>	<p>Практические занятия: 1. связка: переворот назад в элемент «ласточка» - переворот вперёд, на снаряде; 2. связка: «колесо» - переворот назад, на снаряде; 3. общая физическая подготовка.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. варианты простых гимнастических комбинаций, возможных для исполнения; 2. теория исполнения связки, рондад – сальто, на снаряде.</p>	1
<p>Тема 57.5.5. Вольные упражнения</p>	<p>Практические занятия: 1. отработка сложной гимнастической комбинации из кувырков; 2. упражнения на растяжку и гибкость. 3. гимнастика, как основополагающий жанр циркового искусства</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. способы обучения простым гимнастическим связкам в вольных упражнениях; 2. основные принципы проведения разминки.</p>	1
<p>Тема 58.2.6. Комбинации на высокой гимнастической перекладине</p>	<p>Практические занятия: 1. изучение связки: мах, подъём разгибом, отмах в упоре на руках, оборот на бёдрах «перешмыг», спад в вис на руках, через мах продев ноги вместе, выход в сед на перекладину, спад в вис под колени, соскок махом вперёд на ноги;</p>	2

1	2	3
	<p>2. общая физическая подготовка.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой комбинации, методы и варианты усовершенствования; 2. способы обучения простым гимнастическим элементам на низкой гимнастической перекладине.</p>	1
<p>Тема 59.3.6. Связки на гимнастических параллельных брусьях</p>	<p>Практические занятия: 1. Изучение связка: из упора на плечах, подъём махом вперёд, кувырок через плечи махом назад в положение, сед ноги врозь, переход силой в упор на руках ,угол ноги врозь, выход в стойку на плечах; 2. общая физическая подготовка.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой комбинации, варианты её окончания; 2. способы обучения простым гимнастическим элементам на параллельных брусьях.</p>	2
<p>Тема 60.4.6. Связки на гимнастическом бревне</p>	<p>Практические занятия: 1. изучение связки: с разбега заскок на снаряд, переворот вперёд, прыжок в шпагат, поворот в «арабеск». 2. общая физическая подготовка.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ изучаемой комбинации, варианты её продолжения; 2. способы обучения простым гимнастическим элементам на гимнастическом бревне.</p>	2
<p>Тема 61.5.6. Вольные упражнения</p>	<p>Практические занятия: 1. сложная гимнастическая комбинация из кувырков; 2. упражнения на растяжку и гибкость; 3. изучение и практическое использование комплементов; 4. Цирковые династии и знаменитые ковёрные Царской России и СССР.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. хореографические прыжки. 2. владение исполнением комплементов, как основа цирковых номеров.</p>	2

1	2	3
<p>Тема 62.2.7. Комбинации на высокой гимнастической перекладине</p>	<p>Практические занятия: 1.отработка комбинации: мах, подъём разгибом, отмах в упоре на руках, оборот на бёдрах «перешмыг», спад в вис на руках, через мах продев ноги вместе, выход в сед на перекладину, спад в вис под колени, соскок махом вперёд на ноги; 2. общая физическая подготовка.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ изучаемой комбинации, методы и варианты усовершенствования, творческое дополнение; 2.виды и методы страховки при обучении сложным гимнастическим элементам на высокой гимнастической перекладине.</p>	<p>2</p> <p>1</p>
<p>Тема 63.3.7. комбинации на гимнастических параллельных брусьях</p>	<p>Практические занятия: 1.отработка комбинации: из упора на плечах, подъём махом вперёд, кувырок через плечи махом назад в положение, сед ноги врозь, переход силой в упор на руках ,угол ноги врозь, выход в стойку на плечах, кувырок вперёд, подъём махом назад, соскок махом вперёд с поворотом; 2. общая физическая подготовка.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ изучаемой комбинации, методы и варианты усовершенствования; 2.виды и методы страховки при обучении сложным гимнастическим элементам на параллельных брусьях.</p>	<p>2</p> <p>1</p>
<p>Тема 64.4.7. Связки на гимнастическом бревне</p>	<p>Практические занятия: 1.изучение связки: с разбега заскок на снаряд, переворот вперёд, прыжок в шпагат, поворот в одну ногу, кувырок вперёд, стойка боком , под локти, сход в полу шпагат; 2. общая физическая подготовка.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ изучаемой комбинации, варианты её окончания; 2.виды и методы страховки при обучении сложным гимнастическим элементам на гимнастическом бревне.</p>	<p>2</p> <p>1</p>

1	2	3
	<p>Практические занятия: 1.отработка комбинации: с разбега заскок на снаряд, переворот вперёд, прыжок в шпагат, поворот в одну ногу, кувырок вперёд, стойка боком , под локти, сход в полушпагат, переворот назад, соскок сальто вперёд; 2. общая физическая подготовка.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.анализ изучаемой комбинации, творческое дополнение; 2. теоретический анализ полученных знаний и умений на гимнастическом бревне.</p>	1
<p>Тема 69.5.8. Вольные упражнения</p>	<p>Практические занятия: 1.перевороты с двух на две в темп; 2.хореографические прыжки; 3. упражнения на растяжку и гибкость; 4. теоретическое применение гимнастических навыков в создании цирковых номеров и представлений.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1.гимнастика, как основополагающий жанр циркового искусства; 2.влияние гимнастики на современное цирковое искусство.</p>	1
<p>Тема 70.2.9. Вольные упражнения</p>	<p>Практические занятия: 1.хореографические прыжки; 2. упражнения на растяжку и гибкость; 3.анализ пройденного материала, семинар.</p>	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: 1. анализ пройденного материала; 2.подготовка к экзамену</p>	1
<p>Итоговая аттестация</p>	<p>Экзамен</p>	-
		128 +64
	Всего	192

1	2	3
МДК 01.01.03 Жонглирование.		
Раздел 1.	1 курс 2 семестр	
Тема 1.1. Начальные навыки, цель жонглирования.	Содержание учебного материала Сочетание и чередование полетов находящихся в воздухе предметов одной формы.	
	Практические занятия: Упражнения с одним мячом, перекидывая его «перекрестно» из руки в руку на уровне линии глаз.	4
	Самостоятельная работа: Учебная стойка – постановка головы, туловища, рук, ног.	4
	Тематика самостоятельной работы: Начальные навыки, цель жонглирования	
Тема 1.2. Жонглирование мячами.	Содержание учебного материала Начальные навыки, цели жонглирования.	
	Введение в жанр. Учебная стойка – постановка головы, туловища, рук, ног.	
	Упражнения с одним мячом, перекидывая его «перекрестно».	
	Практические занятия: Учебная стойка – постановка головы, туловища, рук, ног.	8
	Самостоятельная работа Применять терминологию по жонглированию.	2
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование мячами.	
Тема 1.3. Жонглирование кольцами	Содержание учебного материала Жонглирование кольцами.	
	Практические занятия: Бег по кругу. Общая разминка мышц. Разогрев и растяжка мышц шеи, рук, ног.	4
	Самостоятельная работа	2
	Жонглирование кольцами. Жонглирование двумя кольцами «перекрестно» кидая их из левой руки на правую по очереди.	
	Жонглирование тремя «перекрестно».	
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование кольцами.	

1	2	3
Тема 1.4. Жонглирование булавами.	Содержание учебного материала Упражнения с двумя булавами.	
	Практические занятия: Жонглирование булавами. Учебная стойка, упражнения с одной булавой.	4
	Самостоятельная работа Упражнения с двумя булавами.	2
	Упражнения– жонглирование тремя булавами.	
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование булавами.	
Раздел 2	2 курс 3 семестр	
Тема 2.1. Жонглирование мячами, и в перекидку.	Содержание учебного материала Техника жонглирования в перекидку. Жонглирование тремя мячами «перекрестно» кидая их из левой руки на правую по очереди. Введение в жанр. Жонглирование тремя мячами «перекрестно».	
	Практические занятия: Жонглирование тремя мячами в движении.	8
	Самостоятельная работа Упражнения тремя мячами, перекидывая его «перекрестно» из руки в руку на уровне линии глаз.	4
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование мячами, и в перекидку.	
	Содержание учебного материала Жонглирование кольцами у себя .	
Тема 2.2. Жонглирование кольцами, в перекидку.	Введение в жанр. Жонглирование кольцами в перекидку.	
	Практические занятия: Жонглирование кольцами. Понятие «широкое и узкое кольцо».	5
	Самостоятельная работа Упражнения с двумя кольцами перекидывая их из руки в руку «перекрестно». Жонглирование тремя кольцами «перекрестно».	3
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование кольцами, в перекидку.	

1	2	3
Тема 2.3. Жонглирование булавами, в перекидку.	Содержание учебного материала Введение в жанр. Жонглирование булавами. Учебная стойка, упражнения с тремя булавами. Упражнения с тремя булавами.	
	Практические занятия: Жонглирование булавами. Учебная стойка, упражнения с тремя булавами..	5
	Самостоятельная работа Упражнения с тремя булавами. Упражнения– жонглирование тремя булавами в движении.	2
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование булавами, в перекидку.	
Тема 2.4. Жонглирование мячами, кольцами, булавами.	Содержание учебного материала Введение в жанр. Жонглирование булавами с включением комбинаций. Жонглирование большими кольцами с включением комбинаций.	
	Практические занятия: Жонглирование тремя – шестью булавами в перекидку с партнером. Жонглирование стеками.	15
	Самостоятельная работа Жонглирование шестью булавами в перекидку с партнером из под ноги.	7
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование мячами, кольцами, булавами.	
Раздел 3	2 курс 4 семестр	
Тема 3.1. Виды жонглирование мячами.	Содержание учебного материала Техника перекидки тремя мячами, тремя кольцами, тремя булавами. Введение в жанр. Жонглирование тремя мячами правой и левой рукой. Жонглирование тремя мячами "полукаскадом".	
	Практические занятия: Жонглирование тремя мячами "полукаскадом".	6
	Самостоятельная работа Жонглирование тремя мячами на разных высотах.	3
	Тематика самостоятельной работы: Виды жонглирование мячами.	
Тема3.2. Жонглирование в перекидку булавами.	Содержание учебного материала	

1	2	3
	Введение в жанр. Жонглирование булавами. Учебная стойка, упражнения с одной булавой, двумя, тремя булавами.	9
	Практические занятия: Жонглирование тремя булавами в перекидку с партнером.	
	Самостоятельная работа Жонглирование тремя булавами "полукаскадом".	4
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование в перекидку булавами	
Тема 3.3. Жонглирование в перекидку кольцами	Содержание учебного материала Введение в жанр Жонглирование тремя большими кольцами у себя и в перекидку	10
	Жонглирование кольцами в перекидку.	
	Практические занятия: Жонглирование тремя большими кольцами. Понятие «широкое и узкое кольцо».	
	Самостоятельная работа Упражнения с тремя кольцами перекидывая их из руки в руку «перекрестно». Жонглирование тремя кольцами одной рукой.	5
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование в перекидку кольцами.	
Тема 3.4. Работа с балансом.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Работа с балансом Фиксирование баланса на голове.	8
	Практические занятия: Владение страховочными приемами. Работа с балансом. Жонглирование мячами с балансом на голове.	
	Самостоятельная работа Владение техникой балансирования. Жонглирование с балансированием одновременно.	4
	Тематика самостоятельной работы: Работа с балансом.	

1	2	3
Раздел 4 3 курс 5 семестр		
Тема 4.1. Жонглирование мячами в перекидку.	Содержание учебного материала Жонглирование четырьмя мячами, четырьмя большими кольцами, шестью булавами в перекидку	
	Введение в жанр. Жонглирование четырьмя мячами "полукаскадом", «каскадом».	10
	Практические занятия: Жонглирование четырьмя мячами "полукаскадом".	
	Самостоятельная работа Жонглирование четырьмя мячами на разных высотах.	6
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование мячами в перекидку.	
Тема 4.2. Жонглирование кольцами в перекидку	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Жонглирование четырьмя большими кольцами у себя и в перекидку Жонглирование четырьмя кольцами в перекидку.	10
	Практические занятия: Жонглирование четырьмя большими кольцами. Понятие «широкое и узкое кольцо».	
	Самостоятельная работа Упражнения с четырьмя кольцами перекидывая их из руки в руку «перекрестно». Жонглирование четырьмя малыми кольцами одной рукой.	2
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование кольцами в перекидку.	
Тема 4.3. Жонглирование булавами в перекидку.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Жонглирование булавами с включением комбинаций. Жонглирование шестью булавами в перекидку с партнером.	10
	Практические занятия: Жонглирование шестью восьмью булавами в перекидку с партнером.	
	Самостоятельная работа Жонглирование шестью булавами в перекидку с партнером с поворотом на 360 градусов.	6
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование булавами в перекидку.	

1	2	3
Тема 4.4. Жонглирование в перекидку.	Содержание учебного материала Введение в жанр. Жонглирование булавами с включением комбинаций. Жонглирование большими кольцами с включением комбинаций.	
	Практические занятия: Жонглирование шестью восьмью булавами в перекидку с партнером. Жонглирование стеками.	12
	Самостоятельная работа Жонглирование шестью булавами в перекидку с партнером из под ноги.	6
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование в перекидку.	
Раздел 5 3 курс 6 семестр		
Тема 5.1. Жонглирование мячами.	Содержание учебного материала Жонглирование пятью – семью мячами, пятью большими кольцами, шестью - восьмью булавами в перекидку.	
	Введение в жанр. Жонглирование пятью – семью мячами на месте. Жонглирование пятью – семью мячами в движении.	
	Практические занятия: Жонглирование пятью мячами "полукаскадом".	14
	Самостоятельная работа Жонглирование пятью – семью мячами на разных высотах.	8
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование мячами.	
Тема 5.2. Жонглирование кольцами.	Содержание учебного материала Введение в жанр. Жонглирование пятью большими кольцами у себя и в перекидку Жонглирование пятью кольцами в перекидку	
	Практические занятия: Жонглирование пятью большими кольцами. Понятие «широкое и узкое кольцо».	14
	Самостоятельная работа Упражнения с пятью кольцами перекидывая их из руки в руку «перекрестно». Жонглирование шестью - восьмью малыми кольцами.	8
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование кольцами.	
Тема 5.3. Жонглирование булавами.	Содержание учебного материала	

1	2	3
	Введение в жанр. Жонглирование булавами с включением комбинаций. Жонглирование шестью - восемью булавами в перекидку с партнером.	
	Практические занятия: Жонглирование шестью - восемью булавами в перекидку с партнером на разной высоте.	8
	Самостоятельная работа Жонглирование шестью булавами в перекидку с партнером с поворотом на 360 градусов.	4
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование булавами.	
Тема 5.4. Жонглирование в перекидку.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Жонглирование булавами с включением комбинаций. Жонглирование большими кольцами с включением комбинаций.	
	Практические занятия: Жонглирование шестью восемью булавами в перекидку с партнером. Жонглирование стеками.	10
	Самостоятельная работа Жонглирование шестью булавами в перекидку с партнером из под ноги.	5
	Тематика самостоятельной работы: Жонглирование в перекидку.	
	Итоговые формы контроля: Дифференцированный зачет	
	Всего:	174+87 (261)
МДК 01.01.04 Эквилибристика		
Раздел 1. 2 курс 3 семестр		
Тема 1.1. Выход в стойку махом, ноги врозь.	Содержание учебного материала Техника стойки на руках, локте, голове.	
	Введение в жанр. Техника балансирования.	8
	Практическое занятие Стойка на руках с маха на полу. Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч, Выход на стойку через группировку с колен. Стойка толчком двух ног на полу. Стойка на руках в группировке, с прямыми ногами, в разножке, в шпагате.	
	Самостоятельная работа обучающихся. Выход на стойку через группировку с колен.	4

1	2	3
Тема 1.2. Выход в стойку «шпагат» с переменной ног, равновесие на локтях.	Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку махом, ноги врозь.	
	Содержание учебного материала Введение в жанр. Техника балансирования на локтях, на одном, на предплечьях.	8
	Практическое занятие Равновесие на локте (правый и левый) упражнение «крокодил» техника исполнения положение туловища, рук, ног». Баланс на локте, с помощью другой руки, фиксировать баланс на локте без помощи другой руки. На предплечьях на полу, ноги в полушпагат, ноги в шпагат, ноги вместе.	
	Самостоятельная работа обучающихся Равновесие на локте (правый и левый) упражнение «крокодил» Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку «шпагат» с переменной ног, равновесие на локтях.	4
Тема 1.3. Выход в стойку «мексиканку».	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках.	8
	Практическое занятие Чтобы выполнять стойку «мексиканку» нужно обладать мягкой спиной, то есть хорошо гнуться назад. Выход в стойку прогнувшись в спине, выпрямленные в коленях и вытянутые в носках ноги до определенного положения.	
	Самостоятельная работа обучающихся: Выход в стойку «шпагат» с переменной ног. Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку «мексиканку».	4
Тема 1.4. Стойка с удержанием баланса на одной ноге в шпагате.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки. Практическое занятие фиксировать баланс ноги в шпагате, ноги в полушпагате.	8
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку махом, шпагат.	4
	Тематика самостоятельной работы: Стойка с удержанием баланса на одной ноге в шпагате.	

1	2	3
Раздел 2 2 курс 4 семестр		
Тема 2.1. Выход в стойку силой, ноги вместе.	Содержание учебного материала Техника стойки на руках силой: :ноги вместе, ноги врозь, в свечку, в одну руку.	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	10
	Практическое занятие Правильное положение кистей, спины, положение плеч.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку «мексиканку».	4
Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку силой, ноги вместе.		
Тема 2.2 Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги врозь.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	10
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч сохранение равновесия.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку силой, ноги вместе.	4
Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги врозь.		
Тема 2.3. Выход в стойку силой переход в стойку «свечка» на одной руке, ноги вместе.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	10
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч, головы.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги врозь	4
Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку силой переход в стойку «свечка» на одной руке, ноги вместе.		
Тема 2.4. Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги вместе.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	10

1	2	3
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч, головы.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги вместе.	5
	Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги вместе.	
Раздел 3 3 курс 5 семестр		
Тема 3.1. Выход в стойку силой с прямыми ногами с опусканием в горизонтальное положение и фиксацией.	Содержание учебного материала Техника стойки на руках силой с опусканием в горизонтальное положение, с опусканием в крокодил, с переходом в стойку (флаг).	
	Введение в жанр.	7
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку силой, переход в стойку на одной руке, ноги вместе.	4
Тема 3.2. Выход в стойку силой, ноги вместе, с опусканием в «крокодил».	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	7
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч.	
	Самостоятельная работа обучающихся Стойка с удержанием баланса на одной ноге в шпагате, выполнение элемента «крокодил».	4
	Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку силой, ноги вместе, с опусканием в «крокодил».	

1	2	3
Тема 3.3. Выход в стойку силой, ноги вместе, переход в стойку согнувшись (флаг).	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	7
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку силой с прямыми ногами с опусканием в горизонтальное положение и фиксацией.	4
Тема 3.4. Выход в стойку силой, ноги врозь, переход в стойку согнувшись (флаг) с фиксацией в шпагате (юноши и девушки).	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника стойки на руках силой.	7
	Практическое занятие Правильное положение кистей, работа локтевого сустава. Положение спины, положение плеч.	
	Самостоятельная работа обучающихся Выход в стойку силой, ноги вместе, с опусканием в «крокодил».	5
	Тематика самостоятельной работы: Выход в стойку силой, ноги врозь, переход в стойку согнувшись (флаг) с фиксацией в шпагате.	
Раздел 4	3 курс 6 семестр	
Тема 4.1. Балансирование на катушке.	Содержание учебного материала Техника балансирования на специальном реквизите.	
	Введение в жанр. Техника балансирования на катушке.	
	Практическое занятие Положения ног на специальной доске, положения тела при балансировании на катушке. Запрыгивать и спрыгивать, заходить и сходить. Жонглировать на катушке тремя предметами. «Лягушка» на катушке. Прыжок на катушке, Поворот прыжком на катушке.	8
	Самостоятельная работа обучающихся Запрыгивать и спрыгивать, заходить и сходить с катушки.	4
	Тематика самостоятельной работы: Балансирование на катушке.	

1	2	3
Тема 4.2. Балансирование на моноцикле.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника езды на моноцикле.	
	Практическое занятие Техника езды на моноцикле. Положения тела при езде на моноцикле. Положения рук и ног. Стоять на месте на моноцикле.	8
	Самостоятельная работа обучающихся Стоять на месте на моноцикле. Тематика самостоятельной работы: Балансирование на моноцикле.	4
Тема 4.3. Техника стойки на руках, на тростях.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника балансирование на стоялках, на руле.	
	Практическое занятие Стойка толчком двух ног на тростях, руле. Стойка ноги шпагатом. Стойка «Узкоручка» силой на полу, тростях, руле – ноги в группировке и углом. Фигурные стойки. Опускаться в равновесие на локте из стойки на руках. Из равновесия на локте – в стойку на руках. Равновесие на локте на стоялках.	9
	Самостоятельная работа обучающихся Стойка толчком двух ног на тростях. Фигурные стойки. Тематика самостоятельной работы: Техника стойки на руках, на тростях.	4
Тема 4.4. Стойка на кубиках, отводить 2 кубика поочередно в стороны.	Содержание учебного материала	
	Введение в жанр. Техника балансирование на стоялках, на кубиках.	
	Практическое занятие Стойка на кубиках, отводить 2 кубика поочередно в стороны. Собирать и отбрасывать 4 кубиков. Собирать и разбирать пирамиду из 6 кубиков. Спускаться и подниматься по лесенке. Сгибание – разгибание рук (жим от груди в стойке) Переход на одну руку.	9
	Самостоятельная работа обучающихся Стойка на кубиках, отводить 2 кубика поочередно в стороны.	5
	Тематика самостоятельной работы: Стойка на кубиках, отводить 2 кубика поочередно в стороны.	
	Итоговые формы контроля: Дифференцированный зачет. Всего часов:	134+67 (201)

1	2	3
МДК 01.01.05. Эстрадный танец	Раздел I. История Хип-Хоп культуры её направления и формы творчества. Принципы и философия Хип -Хопа.(5 семестр)	
Тема 1.1. История Хип-Хоп культуры её направления и формы творчества. Принципы и философия Хип-Хопа	Практические занятия	2
	Основные формы и движения. Ритм.	
	Самостоятельная работа История Хип-Хоп культуры .	2
Тема 1.2. Основные танцевальные направления в Хип-Хоп культуре и их выразительные особенности. Подбор музыкального материала для разных стилей танца.	Практические занятия	4
	Выразительные особенности разных стилей танца .	
	Самостоятельная работа Основные танцевальные направления в Хип-Хоп культуре .Подбор музыкального материала.	2
Тема 1.3. Основы теории современной музыки, структура музыкальных композиций. Акценты. Точка и линия.	Практические занятия	6
	Структура музыкальных композиций. Акценты. Точка и линия.	
	Самостоятельная работа Основы теории современной музыки.	2
Тема 1.4. Упражнения на развитие музыкального слуха. Работа над ритмикой тела. Формирование ритмических рисунков. Передача характера и настроения музыки.	Практические занятия	2
	Работа над ритмикой тела. Формирование ритмических рисунков.	
	Самостоятельная работа Упражнения на развитие музыкального слуха.	2
Тема 1.5. Структура танцевального выхода. Поток. Качи. Работа руками. Простые шаги. Амплитуда и объём движений. Работа с пространством. Работа с уровнями. Построение потока.	Практические занятия	8
	Поток. Качи. Работа руками. Простые шаги. Амплитуда и объём движений.	
	Самостоятельная работа	4
	1 Структура танцевального выхода.	

1	2	3
Тема 1.6. Разновидности Хип-Хоп качей. Хип-Хоп танцы "Старойшколы". Хип-Хоп танцы "Среднейшколы". Хип-Хоп танцы "Новойшколы". Комбинирование Хип-Хоп степов. Современные тенденции, концепции и практики в Хип-Хоп танцах. Хип-Хоп импровизация.	Практические занятия	6
	1 Комбинирование Хип-Хоп степов. Хип-Хоп импровизация.	
	Самостоятельная работа	4
	1 Современные тенденции, концепции и практики в Хип-Хоп танцах.	
Раздел II. История стиля Брейкинг. (6 семестр)		
Тема 2.1. История стиля Брейкинг. Особенности самопрезентации в Футворке.	Практические занятия	4
	1. Особенности самопрезентации в Футворке.	
	Самостоятельная работа	2
	1. История стиля Брейкинг.	
Тема 2.2. Качи в Топ Роке. Тустеп и его вариации. Кикит, Кик степ. Кик аут. Кикэндтвист. Комбинирование Топ Рок степов. Топ Рок импровизация.	Практические занятия	16
	1. Качи в Топ Роке. Тустеп и его вариации. Кикит, Кик степ. Кик аут. Кикэндтвист.	
	Самостоятельная работа	6
	1. Топ Рок импровизация.	
Тема 2.3. Позиции в Футворке. Гоудаун и их вариации. Вариации Сикстепа и Файвстепа. Вариации Три степа. Футворк импровизация.	Практические занятия	6
	1. Гоудаун и их вариации. Вариации Сикстепа и Файвстепа. Вариации Три степа.	
	Самостоятельная работа	4
	1. Позиции в Футворке. Футворк импровизация.	
Тема 2.4. Техника безопасности при выполнении Фризов и Пауэр Мува. Разновидности фризов, основное движение Пауэр Мува.	Практические занятия	8
	1. Разновидности фризов, основное движение Пауэр Мува.	
	Самостоятельная работа	4
	1. Техника безопасности при выполнении Фризов и Пауэр Мува.	

1	2	3
Раздел III. История стиля Хаус. Техники Хауса. (7 семестр)		
Тема 3.1. История стиля Хаус. Особенности самопрезентации в Хаусе.	Практические занятия	6
	1. Особенности самопрезентации в Хаусе.	
	Самостоятельная работа	4
Тема 3.2. Качи в Хаусе. Хил степ, Тое степ. Падабуре и его вариации, Скрибл фут. Хардл и его вариации. Хаусимпровизация.	Практические занятия	8
	1. Качи в Хаусе. Хил степ, Тое степ. Падабуре и его вариации, Скрибл фут.	
	Самостоятельная работа	4
Тема 3.3. Техники Хауса. Джекинг, Футворк, Джампинг, Лофтинг.	Практические занятия	8
	1. Техники Хауса. Джекинг, Футворк, Джампинг, Лофтинг.	
	Самостоятельная работа	4
Тема 3.4. Вариации степов и применение их в импровизации.	Практические занятия	6
	1. Вариации степов и применение их в импровизации.	
	Самостоятельная работа	2
Раздел IV. История стиля Локинг.(8 семестр)		
Тема 4.1. История стиля Локинг. Понятие «Фанки». Особенности самопрезентации в Локинге.	Практические занятия	2
	1. Понятие «Фанки». Особенности самопрезентации в Локинге.	
	Самостоятельная работа	1
Тема 4.2. Качи в Локинге. Базовые степы Локинга. Ап, Лок. Рист рол, Пойнт, Слепфайв. Локинг импровизация.	Практические занятия	2
	1. Качи в Локинге. Базовые степы Локинга. Ап, Лок. Рист рол, Пойнт, Слепфайв.	
	Самостоятельная работа	1
	1. Локинг импровизация	

1	2	3
Тема 4.3. Изучение и отработка движений и шагов. Рок стеди, Хоп кик, Нидроп.	Практические занятия	4
	1. Отработка движений и шагов. Рок стеди, Хоп кик, Нидроп.	
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.4. Виды шагов Скитер Ребит, Стапэнгоу, технические принципы Вичэвэе.	Практические занятия	4
	1. Виды шагов Скитер Ребит, Стапэнгоу, технические принципы Вичэвэе.	
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.5. Изучение и отработка движений и шагов.Леовок, Скуби ду, Скуби вок, Скубат.	Практические занятия	4
	1. Отработка движений и шагов.Леовок, Скуби ду, Скуби вок, Скубат.	
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.6. История стиля Паппинг. Понятия «Папп» и «Бугалу». Особенности самопрезентации в Паппинге.	Практические занятия	4
	1. Особенности самопрезентации в Паппинге.	
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.7. Дайм стап. Папп. Качи в Паппинге, Фресно. Вэйвинг. Ботинг и изоляция. Паппинг импровизация	Практические занятия	2
	1. Дайм стап. Папп. Качи в Паппинге, Фресно. Вэйвинг. Ботинг и изоляция.	
	Самостоятельная работа	1
Тема 4.8. Техники Паппинга	Практические занятия	2
	1. Техники Паппинга.	
	Самостоятельная работа	1
МДК.01.01.06 Пластика движения	1. Техники Паппинга.	

1	2	3
	Раздел 1	
Тема 1.1 Разогрев	<p>Содержание учебного материала</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнение у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки в положениях «рабочая нога на полу» и «рабочая нога на станке», demiplié и grandplié, упражнения для разогрева стопы и голеностопа; - в партере: упражнения для позвоночника, упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа; - маленькие прыжки: типа passauté. - голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения используются вперед-назад, диагонально, крестом, из стороны в сторону, квадратом; - плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк; - грудная клетка: движения из стороны в сторону, квадраты и кресты, вперед-назад; - пелвис: крест, квадрат, полукруги, «восьмерка», shimmi, jellyroll; <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	6 4
Тема 1.2.Изоляция.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Упражнения для позвоночника:</p> <ul style="list-style-type: none"> - flatback вперед, назад, в сторону, лимбо, полукруги и круги – торсом. Deepbodybend, твист и спирали; - contraction, release, highrelease, contraction в центре тела, sidecontraction, положение arch, lowback, cure и bodyroll, «волны» <p>Координация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - свинговое раскачивание двух центров; - параллель и оппозиция в движении двух центров; - принцип управления, «импульсные цепочки»; <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> - координация движений рук и ног, без передвижения. 	

1	2	3
	Практические занятия	4
	Самостоятельная работа	3
Тема 1.3. Уровни.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Уровни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные уровни: стоя, сидя, лежа; - управления стрэтч-характера в различных положениях; - переходы из уровня в уровень. Смена положения на 8, 4, 2 счета; - упражнения на contraction и release в положении «сидя»; - твист и спирали торса в положении «сидя»; - движения изолированных центров 	
	Практические занятия	8
	Самостоятельная работа	4
Тема 1.4. Постановка корпуса	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Постановка корпуса, основные понятия: «вертикаль»; «лифт»; «contraction»; «спираль»; «flatback»;</p> <p>«баланс»; «параллель».</p> <p>2. Позиция рук: нейтральное или подготовительное положение; press-position; I позиция; II позиция; III позиция; jerkposition.</p> <p>2.1. Положение рук: V положение; А – Б – В – положения;</p> <p>3. Позиция ног: I позиция; II позиция; III позиция; IV позиция; V позиция.</p> <p>3.1. Положение ног: point; flax.</p> <p>4. Принципы движения рук.</p> <p>5. Принципы движения ног</p>	
	Практические занятия	10
	Самостоятельная работа	4

1	2	3
	Раздел 2	
Тема 2.1. Разогрев	<p>Разогрев.</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: шаг с приставкой из I во II параллельную позицию ног и с хлопком; шаги крестом. - упражнения руками круговые, подбивка с разворотом на 180; - упражнения плечами: в комбинации с шагами; круговые упражнения плечами. - упражнения для ног: вперед по диагонали; в сторону с поворотом на 360. - полушпагаты: с наклоном вперед; с наклоном в стороны. 	
	Практические занятия	6
	Самостоятельная работа	4
Тема 2.2 Круговые вращения	<p>1. Круговые вращения. Тазом тянуться максимально влево, вперед, вправо, назад, очерчивая воображаемый круг</p> <p>2. Равновесие. Руки соединить и поднять вертикально вверх (или в сторону), ноги соединены, затем поочередно поднимаем одну прямую ногу вверх, затем вторую.</p> <p>3. Глубокие наклоны. Ноги расставить и поочередно наклоняться, тянуться к левой ступне, а потом к другой.</p>	
	Практические занятия	8
	Самостоятельная работа	4
Тема 2.3. Изоляция	<p>Изоляция.</p> <ul style="list-style-type: none"> - голова: крест; квадрат; круг; sundari – крест; квадрат; полукруг. - плечи: крест; квадрат; круг; «восьмерка». - грудная клетка: крест; квадрат; полукруги. - таз: крест; квадрат; полукруги, полукруг одним бедром; круги; «восьмерка». - руки: различные вариации основных позиций и положений рук, А-Б-В. - ноги: catch step; prance; kick; lay out 	
	Практические занятия	10
	Самостоятельная работа	5

1	2	3
<p>Тема 2.4. Баттерфляй. Растяжка</p>	<p>1 « Баттерфляй» Лежа на спине. Колени согнуты и разведены в сторону. При раслаблении постараться опустить колени еще шире. 2 «Баттерфляй сидя» Сидя на полу. Колени согнуть и развести в разные стороны. Нажать на коленилоктями, пытаюсь опустить Их как можно ниже. 3 «Сгибаниеколен к груди» Лежа на спине одно колено притянуть к груди вторая нога находится в свободномположении на пол. 4 « Растяжка плечей» Согните руку, расположенную вдоль груди. Нажимайте на локоть этой руки другой рукой. Поменяйте руки.</p>	
	Практические занятия	10
	Самостоятельная работа	4
	Раздел 3	
<p>Тема 3.1. Координация 3-х центров</p>	<p>Координация 3-х центров: - голова – наклоны вперед – назад, одновременно двигаются плечи вверх-вниз, пелвис вправо-влево; - грудная клетка двигается вперед – назад, руки jerk-position в оппозицию назад – вперед и одновременно battemnttendu правой ногой в сторону; - руки во II позиции, кисти двигаются вверх-вниз, пелвис вперед – назад, голова – наклоны вправо-влево; - приставные шаги – по 4 вправо и влево, руки двигаются по схеме: А-Б-В-II позиция одновременно на каждый счет наклоны головой вперед и назад; - thrustпел висом вправо-влево, руки по II позиции и правым предплечьем на каждый счет</p>	

1	2	3
	к себе, одновременно левая рука движется по схеме: А-Б-В-П позиция; шаги по схеме: 2 приставных шага вправо, 2 влево, 2 вперед, 2 назад. Одновременно thrustпелвисом вправо-влево.	
	Практические занятия	10
	Самостоятельная работа	5
Тема 3.2. Упражнения для позвоночника	Содержание учебного материала Упражнения для позвоночника: «волны»; «спирали»; contraction; release; highrelease; tilt. Кросс. Передвижение в пространстве. - шаги: flatstep; catchstep; шаг «ча-ча-ча»; латин урок; шаги в модерн-джаз манере; шаги в рок - манере. - прыжки: jump; leap; hop; с 2-х ног на 1. - вращения: corkscrew; fourchaine; повороты на одной ноге; повороты по кругу; повороты на различных уровнях	
	Практические занятия	8
	Самостоятельная работа	4
Тема 3.3. Уровни	Уровни: - стоя: верхний (на полупальцах); средний (на всей стопе); нижний (колени согнуты). - на четвереньках: опора на руках и коленях; 1 или 2 ноги вытянуты назад при опоре на руки; 1 нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене. - на коленях: стоя на 2-х коленях; стоя на одном колене, другая нога открыта в любом направлении. - сидя: I позиция; II позиция; IV позиция или «svestic»; V позиция; колени согнуты и соединены; джазовый шпагат; сидя на одном бедре. - лежа (на спине, на боку, на животе).	
	Практические занятия	10
	Самостоятельная работа	5

1	2	3
	Раздел 4	
Тема 4.1. Круговое вращения	<p>1. Махи. В бок согнутой ногой три маха, затем колено подтянуть вперед к груди</p> <p>2. Скручивания. Находясь на полу, поднять прямые, соединенные ноги и, скручивая корпус, опускать ноги вправо-влево, в бок.</p> <p>3. Марш сидя. Сесть на ягодицы (ноги выпрямлены вперед) и выполнять движения, имитирующие ходьбу сидя</p>	
	Практические занятия	4
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.2. Отжимания	<p>Отжимания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Широкое. Расставьте рук, тем больше будут нагрузка на мышцы груди; - Близкая постановка руки (максимум ладонь к ладони), тем больше будет нагрузка на трицепсы; - Если развернуть руки, то есть ладони смотрят вдоль тела, то задействуются бицепсы; - Для уменьшения нагрузки нужно согнуть ноги и опираться на колени. <p>Таким образом, вы можете прорабатывать мышцы с различной степенью нагрузки, не используя дополнительных предметов.</p>	
	Практические занятия	4
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.3. Пресс	<p>Пресс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Велосипед» — одно из самых эффективных упражнений, при котором задействуются все мышца пресса - прямая, поперечная, внешние и внутренние косые мышцы. - «Складка» - упражнение, направленное на проработку прямой и косых мышцы живота. <p>Так же в работе участвуют и сгибатели бедра.</p>	

1	2	3
	<ul style="list-style-type: none"> - Боковые скручивания лежа — упражнение, направленное на проработку косых мышц живота. - Подъём ног лежа на спине - упражнение направленное на проработку в основном нижней Части брюшного пресса (части прямой мышцы живота). - Прямо скручивание — упражнение направленное на проработку в основном верхней части брюшного пресса (части прямой мышцы живота). - Обратные скручивания – базовое упражнение, направленное на проработку по большей степени нижней части брюшного пресса (части прямой мышцы живота) 	
	Практические занятия	4
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.4.	Упражнения для позвоночника: «волны»; «спирали»; contraction; release; highrelease; tilt.	
	Практические занятия	4
	Самостоятельная работа	2
Тема 4.5. Разогрев	<p>Разогрев.</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: шаг с приставкой из I во II параллельную позицию ног и с хлопком; шаги крестом. - упражнения руками круговые, подбивка с разворотом на 1800; - упражнения плечами: в комбинации с шагами; круговые упражнения плечами. - упражнения для ног: вперед по диагонали; в сторону с поворотом на 3600. - полушпагаты: с наклоном вперед; с наклоном в сторону. <p>Изоляция.</p> <ul style="list-style-type: none"> - голова: крест; квадрат; круг; sundari – крест; квадрат; полукруг. - плечи: крест; квадрат; круг; «восьмерка». - грудная клетка: крест; квадрат; полукруги. - таз: крест; квадрат; полукруги, полукруг одним бедром; круги; «восьмерка». - руки: различные вариации основных позиций и положений рук, А-Б-В. - ноги: catch step; prance; kick; lay out. 	
Тема 4.6. Баттерфляй. Растяжка	<p>1.« Растяжка трицепсов»</p> <p>Согните локоть и заведите эту руку за голову. Прикладывайте мягкое давление вниз, одной рукой на локоть другой , чтобы растянуть дельтовидную мышцу. Поменяйте руки.</p>	

1	2	3
	<p>2 «Растяжка верхнего плечевого пояса(стоя)» Обопритесь руками на стену, наклонив вперед торс. Старайтесь податься всем телом вперед сохраняя ноги и руки прямыми. Затем начните сгибать колени, при этом, по-прежнему, сохраняя руки прямыми.</p> <p>3 « Растяжка рук и верхнего плечевого пояса» Это упражнение помогает снять остаточные напряжения после растяжки. Поднимите вверх руки и положите в скрест ладонь на ладонь. Пальцы направлены вверх. Постоите так какое-то время, сохраняя положение и слегка покачиваясь вперед, назад.</p> <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>4</p> <p>2</p>
МДК.01.02. Специальный класс по жанрам (акробатика)		
<p>Тема 1.1. Техническая подготовка акробатов - эксцентриков</p>	<p>Содержание</p> <p>1. Упражнения, направленные на формирование правильного постановления позы и совершенствования механизмов ее регуляции.</p> <p>2. Подготовка реквизита, страховочных средств и другого необходимого оборудования для проведения занятий с акробатами-эксцентриками.</p> <p>Практические занятия</p> <p>1. Упражнения для развития и совершенствования пространственной ориентации и точности мышечных усилий, развития функции балансирования.</p>	<p>38</p>
	<p>2 Специальные парные упражнения, направленные на минимизацию взаимодействия между партнерами.</p> <p>3 Равновесие тела акробата.</p> <p>4 Стойки ногами на руках и председателе нижнего.</p> <p>5 Действия нижнего со стойкой ногами верхнего на руках нижнего.</p> <p>6 Стойки на руках.</p> <p>7 Вход на плечи и руки нижнего.</p> <p>8 Парно-групповые упражнения.</p>	<p>38</p> <p>38</p> <p>36</p> <p>38</p> <p>36</p> <p>38</p> <p>38</p>

1	2		3
	9	Практическое усовершенствование ранее выученных акробатических элементов и связок.	38
	10	Техника сложных акробатических прыжков (методически практическое занятие).	38
	11.	Сложные темповые упражнения и соскоки в подготовке мужских пар.	38
	12.	Практическое усовершенствование ранее выученных акробатических элементов и связок.	38
	13.	Статические и динамические упражнения.	38
	14.	Выполнение акробатических элементов на дорожке.	38
	15.	Сальто-мортале броском за ногу.	38
	16.	Отработка техники упражнения комбинаций с переворотами.	38
	17.	Отработка техники упражнения – фляк.	38
	18.	Отработка упражнений – рондат,	38
	19.	Отработка комбинаций с переворотами	38
	20.	Завершение практической подготовки выпускного номера.	38
	Самостоятельная работа		
	1.	Акробатические элементы динамического характера.	36
	2.	Базовые акробатические прыжки.	36
	3.	Техника и методика выполнения сложных парно-групповых упражнений балансового характера.	38
	4.	Техника и методика выполнения сложных парно-групповых упражнений темпового характера.	38
	5.	Равновесие тела акробата.	38
	6.	Сальто-мортале броском за ногу.	38
	7.	Отработка техники упражнения – фляк.	38
	8.	Отработка упражнений – рондат,	38
	9.	Выполнение акробатических элементов на дорожке	38
	10	Отработка техники упражнения комбинаций с переворотами.	38

1	2	3
МДК.01.02. Специальный класс по жанрам (гимнастика)		
Тема 1.1. Воздушная гимнастика «Кор де парель»	Содержание «Кор де парель» Практические занятия	
	1. Освоение трюковой части работы на кор де пареле.	18
	2. «Ласточка».	18
	3. Вис на канате, обматываясь через спину.	18
	4. Вис председателем вниз, обматываясь канатом.	18
	5. Рука в петле, вис.	18
	6. Рука в петле «шпагат».	18
	7. Нога в петле, вис.	18
	8. Нога в петле, прогиб в спине.	18
	9. Нога в петле, «Флажок».	18
	10. Двойная складка, нога в петле.	18
	11. Нога в петле, слабая крутка.	18
	12. Нога в петле, крутка в двойной складке.	18
	13. Нога в петле, крутка вокруг своей оси.	18
	14. Нога в петле, крутка прогнувшись.	18
	15. «Восьмерка».	18
	16. Рука в петле, крутка в закладке.	18
	17. Крутка, держась руками без петли.	18
	18. «Ветряк».	18
	19. Вис в зубнике.	18
	20. Крутка в зубнике вокруг своей оси.	18
	21. Крутка в зубнике, раскручивает ассистент.	18
	22. Двойная крутка в зубнике.	18
	23. Отработка номера со всеми выученными упражнениями и элементами.	18

1	2	3
	Самостоятельная работа 1. Отработка умения лазить по канату. 2. Прогиб в спине. 3. «Шпагат». 4. Рука в петле, прогиб в спине. 5. Крутка, одна рука в петле, второй держаться за канат. 6. Крутка в одной руке (в петле). 7. Рука в петле, передняя бланш. 8. Рука в петле, задний бланк. 9. Рука в петле, передняя закладка. 10. Рука в петле, задняя закладка.	9 9 9 9 9 9 9 9 9 9
Тема 1.2. Воздушная гимнастика «Воздушное кольцо»	Содержание 1. Освоение трюков для номера «Воздушное кольцо». Практические занятия 1. Сид на нижней дуге. 2. Виси в петле. 3. Упоры. 4. Виси на нижней дуге в затяжках. 5. Силовые комбинации. 6. Элементы в каче вдоль кольца. 7. Равновесие на животе. 8. Обрывы на подколенки. 9. Закладка «флажок». 10. Вис на носках. 11. Вис на пятках. Самостоятельная работа 1. Комбинации с висел та упоров. 2. Виси на верхней дуге. 3. Комбинации.	10 10 10 10 10 10 10 12 12 12 12 8 8 8

1	2		3
	4.	Затяжки.	8
	5.	Равновесие лежа на спине.	10
	6.	Виси на верхней дуге.	8
	7.	Обрывы на верхней дуге.	8
Тема 1.3. Воздушная гимнастика «Бамбук»	Содержание		
	1.	Освоение аппарата и трюков для номера «Бамбук».	
	Практическая работа		
	1.	Вольтижные упражнения (Грэта, кабриоль).	14
	2.	Усовершенствование элементов в выполнении вольтижных комбинаций.	14
	3.	Висы в ногах ловитора.	14
	4.	Закладки с вися в руках ловитора.	14
	5.	Вольтижные упражнения.	14
	6.	Сальто в группировке махом вперед.	12
	7.	Прыжки.	14
	8.	Обрывы.	14
	9.	«Фордер».	14
	10.	Комбинации вольтижные.	14
	11.	Упражнения со вспомогательными приспособлениями.	14
	12.	Вольтижные упражнения в ногах ловитора.	14
	13.	Крутка – рука в петле.	14
	14.	Сальто вперед.	14
	15.	Сальто назад из прыжка.	14
	16.	Подготовка к государственному экзамену.	14
	Самостоятельная работа		
	1.	Усовершенствование выученных комбинаций.	18
	2.	Виси на руках ловитора.	18
3.	Темп для выполнения вольтижных упражнений.	18	
4.	«Флажки».	18	
5.	Сальто вперед.	18	

1	2		3
	6.	Сальто назад из прыжка.	20
МДК.01.02. Специальный класс по жанрам (жонглирование)			
Тема 1.1. Жонглирование. Антипод	Содержание		
	1.	Упражнения с «бочкой».	
	2.	Упражнения с «сигарой».	
	3.	Упражнения с барабаном.	
	4.	Упражнения с «сигаретой».	
	5.	Упражнения с барабаном.	
	Практические занятия		
	1.	«Шаги» двумя ногами.	18
	2.	«Мельница». Двойной бросок вверх.	18
	3.	«Мельница» с носков на подъемы ног.	18
	4.	Усовершенствование упражнений с «бочкой».	18
	5.	Подбрасывания прямые и боковые: - полуоборот; - полный оборот; - полтора оборота.	18
	6.	«Крутка» и «дорожка».	18
	7.	Практическое усовершенствование ранее выученных элементов.	18
	8.	«Шаг» прямой и боковой одной ногой.	18
	9.	«Бочки» прямые и боковые. Двойной оборот вверх.	18
	10.	«Шаг» двумя ногами.	18
	11.	Усовершенствования «дорожки», вращения и подбрасывания.	18
	12.	«Мельница» и «дорожка» по одной ноге.	18
	13.	Подбрасывания «сигареты» из стороны в сторону через дно.	18
	14.	Балансирования «барабана».	18
	15.	Подбрасывания сигары в горизонтальном и вертикальном положении.	18

1	2	3
	Самостоятельная работа	
	1. Усовершенствование баланса.	28
	2. Усовершенствование упражнений «мельница» и «дорожка».	28
	3. Ручная комбинация.	28
	4. «Танец»	26
	5. Усовершенствование ручной комбинации.	26
Тема 1.2. Жонглирование. Хула-хуп	Содержание	
	1. Освоение трюков для номера для номера «Хула-хуп».	
	2. Закрепление материала.	
	Практическая работа	
	1. Вращение хула-хупа на коленях, талии, груди и руках одновременно.	18
	2. Перехват хула-хупа с одной руки в другую, в различных вращениях.	18
	3. Работа с балансом на лбу.	18
	4. Подъем хула-хупа ногами с пола.	18
	5. Упражнения с одним хула-хупом, вращение ногами.	18
	6. Вращение одного хула-хупа на ногах в стойке на руках.	18
	7. Работа с балансом в шпагате.	18
	8. Вращение на ногах, в руках поочередно.	18
	9. Вращение хула-хупа на коленях, талии.	18
	10. Перехват двух с одной руки в другую.	18
	11. Работа с балансом на лбу.	18
	12. Учебная стойка для жонглирования, упражнения с одним хула-хупом.	18
	13. Жонглирование двумя хула-хупами.	18
	14. Жонглирование тремя хула-хупами.	18
	15. Баланс на лбу и вращение на руках.	18
	16. Жонглирование четырьмя хула-хупами.	18
	17. Перекидки тремя хула-хупами.	18
	18. Вращения на коленях, бедрах.	18
	19. Вращения на талии и груди.	18

1	2		3	
	20.	Жонглирование двумя хула-хупами и вращение на коленях.	18	
	21.	Вращение одновременно на руках, ногах.	18	
	22.	Вращение одновременное на талии, руках, ногах.	18	
	23.	Работа с балансом на лбу и вращение на ногах.	18	
	24.	Жонглирование тремя хула-хупами и вращение на коленях.	18	
	25.	Вращение одновременно по два хула-хупа на руках, ногах.	18	
	26.	Вращение одновременное по два хула-хупа на талии, руках, ногах.	18	
	27.	Работа с балансом на лбу и жонглирование тремя хула-хупами.	18	
		Самостоятельная работа		
	1.	Учебная стойка – постановка головы, туловища, рук, ног.	34	
	2.	Упражнения с одним хула-хупом, вращение его из руки в руку на уровне линии глаз.	34	
	3.	Вращение хула-хупа на талии.	34	
	4.	Работа с балансом на руках.	34	
	5.	Вращение хула-хупа на талии и руках одновременно.	34	
6.	Жонглирование двумя хула-хупами и вращение на коленях.	36		
7.	Вращение одновременно по два хула-хупа на руках, ногах.	36		
МДК.01.02. Специальный класс по жанрам (эквилибр на проволоке)				
Тема. 1.1. Туго натянутая проволока	Содержание			
	1.	Сохранения равновесия на туго натянутой проволоке.		
	2.	Передвижения по проволоке.		
	3.	Владение веером.		
	Практические занятия			
	1.	Сохранения равновесия на туго натянутой проволоке стоя на месте, в движении.	34	
	2.	Приставной шаг боком.	34	
	3.	Приставной шаг со сменой ног вперед.	34	
	4.	Продвижения вперед и назад.	34	
	5.	Приседания на колени.	34	

1	2		3
	6.	Скольжения вперед на полупальцах.	34
	7.	Подскоки.	34
	8.	Прыжки, арабески.	34
	9.	Выполнения арабского колеса с приходом на мостик.	34
	10.	Шаги на пуантах.	34
	11.	Шпагаты в прыжке.	34
	12.	Балансирования на правой и левой ноге.	34
	13.	Выполнения полушпагатов.	34
	14.	Балансирования на правой ноге.	34
	15.	Повороты на 180 градусов.	34
	Самостоятельная работа		
	1.	Продвижения вперед и назад.	30
	2.	Скольжения вперед на полупальцах.	30
	3.	Прыжки, арабески.	30
	4.	Балансирования на правой и левой ноге.	30
5.	Выполнения полушпагатов.	30	
6.	Приставной шаг боком.	32	
7.	Приседания на колено.	32	
Тема. 1.2. Свободная проволока	Содержание		
	1.	Сохранения равновесия на свободной проволоке.	
	2.	Передвижения по проволоке.	
	Практические занятия		
	1.	Сохранения равновесия на свободной проволоке стоя на месте, в движении.	30
	2.	Приставной шаг боком.	30
	3.	Приставной шаг со сменой ног вперед.	30
	4.	Продвижения вперед и назад.	30
	5.	Приседания на колено.	30
6.	Выпад в шпагат.	32	
7.	Пируэты вправо, влево.	32	

1	2		3
	8.	Сед на проволоку.	30
	Самостоятельная работа		
	1.	Приставной шаг со сменой ног вперед.	30
	2.	Приседания на колено	30
	3.	Выпад в шпагат.	30
	4.	Сед на проволоку.	32
<p>УП.00 Учебная практика Виды работ: - Изучение организационных, учебно-методических, воспитательных и др. документов базового учреждения культуры и искусств; - Подготовка к проведению занятий в цирковом коллективе; - Посещение занятий-репетиций ведущих преподавателей баз практики; - Подготовка к проведению репетиционных занятий в цирковом коллективе; - Проведение теоретических и практических занятий с участниками циркового коллектива; - Подготовка отчета; - Итоговая конференция по практике.</p>			
<p>ПП.00 Производственная практика (по профилю специальности) ПП.01 Исполнительская практика Виды работ: - Вводная беседа о задачах производственной практики . Инструктаж по технике безопасности. Распределение заданий. Обсуждение деталей; - Умение выполнять упражнения под музыкальное сопровождение; - Владение основами акробатических элементов и цирковым реквизитом; - Упражнения на развитие силы, ловкости и выносливости; - Воспитание трудолюбия и дисциплинированности; - Умение выполнять как сольные так и групповые номера; - Сбор вспомогательного материала (фото, видео); - Занятия на развитие общей физической подготовке, гибкости, координации; - Освоение элементов жонглирования и эквилибристики; - Занятие на повышение качества исполнения элементов. Улучшение уровня актерского мастерства, выразительности и артистизма в исполнении номеров; - Постановка номера; - Составление отчета по производственной практике; - Проверка отчета по производственной практике.</p>			

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Образовательное учреждение располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов практических занятий, дисциплинарной и модульной подготовки, практики, предусмотренных учебным планом. Материально-техническая база соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

Реализация профессионального модуля ПМ.01 "Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность" МДК.01. "Основы цирковых жанров" предполагает наличие учебно-циркового комплекса, включающего учебные манежи (круглый и квадратный), залы для занятий движенческой подготовкой (ритмикой, танцем, хореографией, сценическим движением).

Оборудование учебно-циркового комплекса:

учебный манеж;
манежный барьер;
подвесные лонжи;
места для крепления воздушных номеров;
пригодные для занятий переносные полы;
стационарные лонжи;
комплект учебно-методической документации;
наглядные пособия.

Технические средства обучения:

ноутбук;
музыкальный центр;
световая и звуковая аппаратура.

Оборудование залы для занятий движенческой подготовкой:

музыкальный инструмент;
зеркала;
балетные станки;
пригодные для занятий полы;
гимнастические маты;
рабочее место преподавателя;
комплект учебно-методической документации;
наглядные пособия.

Технические средства обучения:

музыкальный центр.

4.2. Общие требования к организации образовательного процесса

Освоение обучающимися профессионального модуля проходит в условиях созданной образовательной среды как в образовательной организации (учреждении), так и в организациях соответствующих профилю профессионального модуля ПМ.01 «Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность» МДК. 01."Основы цирковых жанров".

Преподавание МДК модуля носит практическую направленность. В процессе практических занятий обучающиеся закрепляют и углубляют теоретические знания, приобретают необходимые профессиональные умения и навыки.

Изучение профессионального модуля МДК.01. предусматривает прохождение обучающимися учебной и производственной практик в стенах образовательной организации (учреждении) и в организациях, направление деятельности которых соответствует профилю подготовки профессионального модуля.

Изучение таких общепрофессиональных дисциплин как: «История цирка», «Мастерство актера», «Хореография», «Грим», «Русский язык и культура речи», «Охрана труда», «Безопасность жизнедеятельности» предшествует освоению данного модуля или изучается параллельно.

Практические занятия проводятся в классах для индивидуальных и групповых занятий, в спортивном зале.

Оценка качества освоения студентами ПМ.01 «Исполнительская и репетиционно-концертная деятельность» МДК.01."Основы цирковых жанров" включает текущий контроль знаний и промежуточную аттестацию обучающихся. Конкретные формы и процедуры текущего контроля знаний, промежуточной аттестации по каждому разделу разрабатываются педагогами самостоятельно. Для аттестации обучающихся на соответствие их профессиональных достижений поэтапным требованиям создаются фонды оценочных средств, позволяющие оценить знания, умения и освоенные компетенции.

Текущий контроль и промежуточная аттестация обучения складываются из следующих компонентов:

текущий контроль:

опрос обучающихся на занятиях, проведение тестирования, оформление отчетов по практическим работам, решение производственных задач обучающимися в процессе проведения теоретических занятий и т.д.;

промежуточная аттестация: дифференцированный зачет, экзамен, экзамен (квалификационный).

4.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ППСЗ по специальности обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Доля преподавателей, имеющих высшее образование, составляет не менее 90 процентов в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательную деятельность по данной основной образовательной программе.

Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 5 лет.

До 10 процентов от общего числа преподавателей, имеющих высшее образование, может быть заменено преподавателями, имеющими СПО и государственные почетные звания в соответствующей профессиональной сфере, или специалистами, имеющими СПО и стаж практической работы в соответствующей профессиональной сфере.

4.4. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Основные источники:

1. [Гуревич З. Б. О жанрах советского цирка : учебник / З. Б. Гуревич. — М. : Искусство, 1977. — 280 с.](#)
2. [Макаров С. М. Искусство клоунады в СССР : учебник. — 2-е изд. — М. : ЛИБРОКОМ, 2010. — 272 с.](#)
3. [Фальковский А. П. Художник в цирке. — М. : Искусство, 1978. — 142 с.](#)
4. [Станиславский К. Моя жизнь в искусстве / К. Станиславский. — М. : Вагриус, 2007. — 448 с.](#)
5. [Гавердовский Ю. К. Теория и методика спортивной гимнастики . В 2-х томах : учебник : Т. 1 / Ю. К. Гавердовский. — М. : Советский спорт, 2014. — 368 с.](#)
6. [Гимнастика : учебник / под ред. М.Л.Журавина, Н. К. Меньшикова. — 2-е изд., стер. — М. : Академия, 2002. — 448 с.](#)
7. [Баршай В.М. Гимнастика : учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. — Ростов н/Д : Феникс, 2002. — 314 с.](#)

8. [Воронин Д. И. Гимнастика и методика преподавания. Дидактические материалы для самостоятельной работы студентов / Д. И. Воронин, В. А. Кузнецов. — Нижний Новгород : НГПУ им. К. Минина, 2013. — 336 с.](#)
9. [Лебедихина, Г. М. Гимнастика: теория и методика преподавания : учеб. пособие / Г. М. Лебедихина. — Екатеринбург : Урал.ун-т, 2017. — 112 с.](#)
10. [Филиппов И. А., Гимнастическая терминология для преподавателей, работающих со студентами в вузе : учеб.-метод. пособие / И. А. Филиппов и др. — Казань : КФУ, 2017. — 90 с.](#)

Дополнительные источники:

1. Майки Дж.Г, Тони Бьюзен Научитесь жить или жонглировать./Гелб М.Дж., Бьюзен Т.: ООО «Попурри», 2000.—176 с
2. Маленькая энциклопедия. Цирк / авторы-составители А. Я. Шнеер, Р. Е. Славский.—2-е изд., перераб. и доп.— М.: Советская энциклопедия, 1979.— 448 с.
3. Местечкин М. В театре и в цирке / М. Местечкин. – М.: Искусство, 1976. – 303 с.
4. Вадимов А. А. Искусство фокуса. — М.: Искусство, 1959 — 210с.
5. Вадимов А. А. От магов древности до иллюзионистов наших дней / М. А. Тривас. — М. : Искусство, 1966. — 307 с.
6. Гуревич З. Б. О жанрах советского цирка : учебник. — М.: Искусство, 1977. — 280 с.
7. Гуревич З. Б. Эквилибристика / З. Гуревич. — М. : Искусство, 1982. — 168 с.
8. Гур'ева О. П. Витоки виникнення основних жанрів циркового мистецтва: практичний порадник. — Маріуполь: Рената, 2009. — 280 с.
9. Дмитриев Ю. А. Знаменитости Российского цирка. — М.: РОССПЭН, 2009. — 351 с.
10. Дмитриев Ю. А. Знаменитые клоуны. — К.: Мистецтво. — 222 с.
11. Дмитриев Ю. А. Русский цирк. — М. : Искусство, 1953. — 263 с.
12. А.З.Закиров Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы /А.З. Закиров Москва 2012
13. Бауман Н. Искусство жонглирования (учебник по онглированию)/Бауман Н., Искусство 2005, 125 стр.
14. Дмитриев Ю. Советский цирк : Очерки истории 1917-1941 / Ю. Дмитриев. — М.: Искусство, 1963. — 398 с.

15. Жандо Д. История мирового цирка. — М. : Искусство, 1984. — 192 с.
16. Жарков А. Д. Социально-культурные основы эстрадного искусства : история, теория, технология : учеб. пособие, Ч.1 / А. Д. Жарков. — М. : МГУКИ, 2003. — 188 с.
17. Жарков А. Д. Социально-культурные основы эстрадного искусства : история, теория, технология : учеб. пособие, Ч.2 / А. Д. Жарков. — М. : МГУКИ, 2004. — 215 с.
18. Зайцев В.П. Режисура естради та масових видовищ : навч.посіб. — К. : Дакор, 2003. — 304 с.
19. Макаров С. М. Искусство клоунады в СССР : учебник. — 2-е изд. — М.: ЛИБРОКОМ, 2010. — 272 с.
20. Русская культура / А.Д. Волков, Б.П. Голдовский, Ю.А. Дмитриев и др. — М.: Энциклопедия, 2007. — 320 с.
21. Фальковский А. П. Художник в цирке. — М. : Искусство, 1978. — 142 с.
22. Ширай А. Н. Цирк на сцене : сценарии номеров для народных цирков : для детей среднего возраста 9-14. — М.: Искусство, 1974. — 84 с.
23. Вадимов А. А. Искусство фокуса. — М.: Искусство, 1959 — 210с.
24. А. Кисс ЕСЛИ ТЫ – ЖОНГЛЁР./Кисс А., Москва 2010, Искусство 56 стр.
25. А.Б. Дрознин "Физический тренинг актера по методике А. Дрознина"/ ВЦХТ ("Я вхожу в мир искусств") 2004.
26. Вадимов А. А. От магов древности до иллюзионистов наших дней / М. А. Тривас. — М. : Искусство, 1966. — 307 с.
27. Гуревич З. Б. О жанрах советского цирка: учебник. — М.: Искусство, 1977. — 280 с.
28. Гуревич З. Б. Эквилибристика / З. Гуревич. — М.: Искусство, 1982. — 168 с.
29. Гур'єва О. П. Витоки виникнення основних жанрів циркового мистецтва: практичний порадник. — Маріуполь : Рената, 2009. — 280 с.
30. Дмитриев Ю. А. Знаменитости Российского цирка. — М.: РОССПЭН, 2009. — 351 с.
31. Дмитриев Ю. А. Знаменитые клоуны. — К.: Мистецтво. — 222 с.
32. Дмитриев Ю. А. Русский цирк. — М.: Искусство, 1953. — 263 с.
33. Дмитриев Ю. Советский цирк : Очерки истории 1917-1941 / Ю. Дмитриев. — М.: Искусство, 1963. — 398 с.

34. Жандо Д. История мирового цирка. — М. : Искусство, 1984. — 192 с.
35. Жарков А. Д. Социально-культурные основы эстрадного искусства : история, теория, технология : учеб. пособие, Ч.1 / А. Д. Жарков. — М. : МГУКИ, 2003. — 188 с.
36. Л.Шляпин Цирк Любителей./Шляпин Л., Москва 2005, Искусство
37. Жарков А. Д. Социально-культурные основы эстрадного искусства : история, теория, технология : учеб. пособие, Ч.2 / А. Д. Жарков. — М.: МГУКИ, 2004. — 215 с.
38. Зайцев В.П. Режиссура эстрады та масових видовищ : навч.посіб. — К. : Дакор, 2003. — 304 с.
39. Макаров С. М. Искусство клоунады в СССР : учебник. — 2-е изд. — М. : ЛИБРОКОМ, 2010. — 272 с.
40. Русская культура / А.Д. Волков, Б.П. Голдовский, Ю.А. Дмитриев и др. — М.: Энциклопедия, 2007. — 320 с.
41. Фальковский А. П. Художник в цирке. — М. : Искусство, 1978. — 142 с.
42. Ширай А. Н. Цирк на сцене : сценарии номеров для народных цирков : для детей среднего возраста 9-14. — М. : Искусство, 1974. — 84 с.
43. М.Немчинский ЦИРК В ПОИСКАХ СОБСТВЕННОГО ЛИЦА./Немчинский Л., Москва, ГИТИС 2005, 304 стр.
44. Кряж В. Н.Гимнастика. Ритм. Пластика / В. Н. Кряж, Э. В. Ветошкина, Н. А. Боровская. —Мн. : Полымя, 1987. — 175 с. : ил. — Начинающему физкультурнику и спортсмену. — Академия.
45. Палыга В. Д. Гимнастика. Учеб. пособ. / В. Д. Палыга. — М.: Просвещение, 1982. — 288 с. — Академия.
46. Попов М. А. Спортивная гимнастика. Программа для спортивных школ / М. А. Попов. — М.: Физкультура и спорт, 1973.
47. Серый Н. П. Путь к мастерству в спортивной гимнастике. / Н. П. Серый — М. : Физкультура и спорт, 1953.
48. В. Малюгин Предмет В Творчестве Актера /Малюгин В., Москва 2011.

Интернет-ресурсы:

1. Как научиться жонглировать
<http://onlineotvetchik.ru/sposoby-obucheniya-zhonglirovaniya-doma-samomu.html>

2. Жонглирование

<http://xn--80aaach0dkimds4p.xnplai/%D0%B6%D0%BE%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5/>

3. Жонглёры <http://www.jugglers.ru/>
4. Мы жонглёры <http://www.barbook.ru/blog/315/>
5. Виды жонглирования <http://yotoys.ru/blog/juggling/233.html>
6. <http://ruscircus.ru/public>
7. <http://ale-ap.narod.ru/fan.html>
8. http://www.circus.kiev.ua/ru/tape_N51.htm
9. http://circus.com.ua/publ_R27.htm
10. <http://www.circus.internet.zp.ua/history-ru.htm>
11. <http://iclub-china.com/rus/a04/b0601/c0000/d00000/index.htm>
12. <http://egen13.narod.ru/istoria.html>
13. <http://www.pandia.ru/365289/>
14. http://lovecircus.at.ua/publ/istorija_cirka/1-1-0-2
15. <http://ruscircus.ru/public>
16. <http://ale-ap.narod.ru/fan.html>
17. http://www.circus.kiev.ua/ru/tape_N51.htm
18. http://circus.com.ua/publ_R27.htm
19. <http://www.circus.internet.zp.ua/history-ru.htm>
20. <http://iclub-china.com/rus/a04/b0601/c0000/d00000/index.htm>
21. <http://egen13.narod.ru/istoria.html>
22. <http://www.pandia.ru/365289/>
23. http://lovecircus.at.ua/publ/istorija_cirka/1-1-0-2

**5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ.01 ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ И РЕПЕТИЦИОННО-КОНЦЕРТНАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
МДК.01. основы цирковых жанров**

Результаты обучения	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
1	2	3
<p>знать: основы акробатики, гимнастики, жонглирования, ручного эквилибра, клоунады и музыкальной эксцентриады (в том числе музыкальной) и других жанров для создания циркового номера; средства пластической выразительности; специальную терминологию; принципы работы в творческом цирковом коллективе; приемы общения со зрительской аудиторией; технику безопасных методов работы (пассировки и работы с лонжей).</p> <p>уметь: использовать профессиональные навыки в акробатике, гимнастике, жонглировании, в ручном эквилибре, клоунаде и эксцентриаде (в том числе музыкальной) и других</p>	<p>Показатели оценки результата: использование профессиональных навыков в акробатике, гимнастике, жонглировании, в ручном эквилибре, клоунаде и эксцентриаде) и других жанрах для участия в сольном или групповом цирковом номере; применение в профессиональной деятельности навыков работы с творческим коллективом.</p> <p>Показатели оценки результата: Профессионально ставить цирковые номера, включать готовые номера в цирковые программы и участвовать в них; применять в профессиональной деятельности навыки работы в творческом коллективе (с другими исполнителями, режиссером, художником, балетмейстером, концертмейстером и др.) в рамках единого художественного замысла;</p>	<p>Формы и методы контроля и оценки: текущий контроль: опрос обучающихся на занятиях, проведение тестирования, оформление отчетов по практическим работам, решение производственных задач обучающимися в процессе проведения теоретических занятий и т.д.;</p> <p>промежуточная аттестация: дифференцированный зачет, экзамен, экзамен (квалификационный).</p>

1	2	3
жанрах для участия в сольном или групповом цирковом номере;		
подготовить цирковой, эксцентрический номер, клоунские репризы, антре, обозначенные в учебных программах; использовать различный реквизит; пользоваться различными методами безопасной работы (уметь пассировать и работать с лонжей); применять готовые номера в цирковых программах; соблюдать правила техники безопасности.	создавать цирковые и концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия различными возрастными группами слушателей.	