

Методическая разработка занятия объединения дополнительного образования

«Цирковой класс»

Тема: Икарейские игры как жанр циркового искусства

Целевая аудитория: обучающиеся от 8 до 14 лет, 2 группы обучающихся (младшая и средняя).

Цель: закрепить знания, умения и навыки обучающихся для развития сценического мастерства и физического развития с использованием спортивного и циркового реквизита.

Задачи:

образовательные задачи:

- > закрепить у обучающихся полученные знания об особенностях сценического построения циркового (группового) номера;
- > отработать элементов технологии хореографической постановки циркового номера;
- > отработать элементы акробатических трюков и акробатических связок,

развивающие задачи:

- > развивать физические способности обучающихся (развивать мышцы спины, рук, живота, ног);
- > развивать навыки работы в команде;
- > развивать навыки самостоятельной работы;
- > развивать коммуникативные навыки,

воспитательные задачи:

- > формировать у обучающихся основы сценической культуры;
- > воспитывать силу воли, смелость, выносливость, личную ответственность;
- > воспитывать ценностное отношение к Труд, Творчеству, Культуре.

Тип урока: урок-практикум.

Оборудование: спортивные маты, цирковой пьедестал, компьютер, музыкальное оформление.

План урока.

№	Этап	Цель и содержание этапа	Время
1.	Организационный момент.	Приветствие. Эмоциональный настрой обучающихся. Инструктаж по охране труда и технике безопасности. Правила личной гигиены. Подготовка реквизита.	5 минут

раза, 360 - 2 раза, «туда-сюда» - 2 раза, сход). Хореографическая постановка (выход, «продажа» после каждого трюка или акробатической связки, концовка).

(перемена)

4. Подготовка номера «Икарейские игры». Сценическое построение номера с использованием хореографической постановки, акробатическими связками и трюками с музыкальным сопровождением.
5. **ОФП** (общая физическая постановка). Упражнения на закрепление мышц спины (от 20 до 40 раз), пресс - поднятие туловища, ног (от 20 до 40 раз), рук (отжимания в упоре лежа от 20 до 40 раз), ног («пистолетик» - от 3 до 5 раз, приседания - от 20 до 40 раз, прыжки - «кенгуру», «присест - выпрыжка вверх» от 20 до 40 раз).
6. Итог. Самостоятельный показ поставленного номера. Рефлексия. Анализ, оценка и коррекция знаний обучающихся.
7. Домашнее задание. Кульбиты вперед-назад, стойка на руках и на голове, разработать сценический костюм.

2.	Разминка.	Комплекс упражнений на разогрев мышц шеи, рук, спины, ног.	15 минут
3.	Подготовка номера «Икарейские игры».	Эмоциональный настрой обучающихся. Акробатические связки. Хореографическая постановка номера.	25 минут
Перемена (10 минут)			
4.	Подготовка номера «Икарейские игры».	Эмоциональный настрой обучающихся. Сценическое построение: соединение элементов циркового номера.	15 минут
5.	ОФП (общая физическая подготовка).	Комплекс упражнений на развитие мышц спины, живота, ног, рук.	15 минут
6.	Итог.	Самостоятельный показ поставленного номера. Рефлексия.	10 минут.
7.	Домашнее задание.	Акробатические упражнения	5 минут

Ход занятия.

1. Организационный момент:
 - > приветствие;
 - > эмоциональный настрой;
 - > инструктаж по охране труда и технике безопасности (правила поведения на занятиях, пользование реквизитом);
 - > правила личной гигиены (внешний вид - футболка, шорты или ласины, чешки, аккуратно убранные волосы);
 - > подготовка реквизита (спортивные маты, цирковой пьедестал, страховочный пояс, музыкальное сопровождение);
2. Разминка. Бег вокруг зала, разогрев мышц рук (кисти, предплечья, плечи от 20 до 30 раз), шеи (круговые движения головой, наклоны влево, вправо, вперед, назад от 10 до 20 раз), спины (наклоны назад, вперед, в стороны с добавлением рук, наклоны к ногам, ноги врозь и ноги вместе, упражнение «Мельница» от 10 до 15 раз), ног (упражнение на растяжку, сидя, ноги вместе и ноги врозь, наклоны вперед, круговые упражнения голеностопа от 10 до 15 раз)
3. Подготовка номера «Икарейские игры». Показ трюков (сход, крутка сидя 10 оборотов, «бревнышко» на 180 гр. и на 360 гр., «туда - сюда», крутка в бревнышке 10 оборотов, сальто назад); показ акробатической связки (бревнышко на 1 8 0 - 4 р а з а)