

Утверждаю:

Директор муниципального автономного учреждения культуры «Центр культуры» Находкинского городского округа



В.П. Нестеренко

20 21 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о клубном формировании

«Цирковая студия «Маленький принц»

муниципального автономного учреждения культуры «Центр культуры» Находкинского городского округа

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение регулирует деятельность клубного формирования муниципального автономного учреждения культуры «Центр культуры» Находкинского городского округа (далее – МАУК «Центр культуры НГО», Учреждение) цирковой студии «Маленький принц» (далее – Цирковая студия).

1.2. Клубное формирование цирковая студия «Маленький принц» - это добровольное объединение детей, основанное на общности интересов, запросов и потребностей в занятиях, приобретения навыков овладения цирковым искусством, способствующих развитию дарований его участников, созданию ими культурных ценностей, а также основанное на единстве стремления детей к овладению полезными навыками в области быта, культуры, здорового образа жизни, организация досуга и отдыха.

1.3. В своей деятельности Цирковая студия руководствуется:

- действующим законодательством Российской Федерации;
- уставом и другими локальными нормативными актами, принятыми в МАУК «Центр культуры» НГО;
- муниципальным заданием, установленным для МАУК «Центр культуры» НГО;
- планом культурно-массовой работы МАУК «Центр культуры» НГО;
- инструкциями по охране труда и технике безопасности Цирковой студии;
- договором возмездного оказания услуг (кружков, объединений, студий) с МАУК «Центр культуры» НГО;
- положением «О клубных формированиях МАУК «Центр культуры» НГО»;
- настоящим Положением.

1.4. Цели деятельности Цирковой студии:

- создание основы для приобретения опыта исполнительской практики, самостоятельной работы;
- выявление творческого потенциала и индивидуальности участников Цирковой студии;
- формирование исполнительского умения и навыков в различных жанрах.

1.5. Задачи деятельности Цирковой студии:

- развитие творческих способностей и эстетического вкуса участников Цирковой студии;
- формирование умений и опыта репетиционной работы;
- развитие навыков общения с партнером и партнерами;

- формирование знаний об основах безопасности;
- формирование культуры общения.

2. Организация деятельности клубного формирования «Цирковая студия «Маленький принц»

2.1. Цирковая студия создаётся, реорганизуется и ликвидируется по решению директора МАУК «Центр культуры» НГО.

2.2. Посещение Цирковой студии проходит в виде тренировок, репетиций.

2.3. Основной набор в Цирковую студию проходит с 15 августа до 31 октября. Дополнительный набор производится в течение года при наличии свободных мест.

2.4. Численность и наполняемость групп Цирковой студии определяется руководителем коллектива в соответствии с Положением « О клубных формированиях МАУК «Центр культуры» НГО.

2.5. Группы Цирковой студии формируются по возрастному принципу, навыкам и умениям:

- группа начальной подготовки (младшая группа);
- подготовительная группа;
- сборная концертная группа.

2.6. В группу начальной подготовки (младшая группа) Цирковой студии зачисляются дети, желающие заниматься в Цирковой студии и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

2.7. Перевод ребенка в другую группу:

- в соответствии с уровнем подготовки, который определяется качеством приобретенных знаний и умений;
- выполнение участником коллектива нормативных требований по общей физической и специальной подготовке для соответствующей группы (Приложение № 1, 2).

2.8. В исключительных случаях на усмотрение руководителя Цирковой студии участник коллектива может быть переведен в другую группу.

2.9. Цирковая студия в рамках своей деятельности:

- Самостоятельно осуществляет процесс тренировок, выбирает системы поощрения, формы, порядок и периодичность проведения тренировок в соответствии с планом работы группы и расписанием Цирковой студии. Расписание посещений (тренировок) определяется в Договоре возмездного оказания услуг (кружков, объединений, студий) заключенного между родителем (законным представителем) участника и Учреждением (далее – Договор) исходя из количества и наполнения групп. Количество посещений в неделю - не менее 2-х раз, продолжительность 45 мин. (1 академический час). Допускаются изменения в расписании, возможны замены тренеров.

- Организует систематические тренировки, репетиции для развития и приобретения навыков циркового искусства: акробатика (соло, парное, групповое), жонглирование, эквилибр, гимнастика, работа у станка, сценическая культура, растяжка, общая физическая подготовка и т. д.

- Проводит творческие отчёты о результатах своей деятельности, участвует в конкурсах, проводит открытые уроки, организовывает мастер – классы и т. д.

- Согласно плану культурно-массовой работы МАУК «Центр культуры» НГО участвует в общих программах и акциях, а также в городских, региональных мероприятиях;

- Принимает участие в муниципальных, краевых, региональных, международных фестивалях, смотрах, конкурсах и т.п.;

- Осуществляет сбор материалов, отражающих историю существования и развития цирковой студии (альбомы, афиши, буклеты и т.п.).

- Использует другие формы творческой работы и участия в культурной и общественной жизни Учреждения и города.

2.9. Творческая и организационная работа Цирковой студии предусматривает:

-проведение тренировочных занятий, репетиций, выступлений с концертами;

-обязательное участие в мероприятиях согласно Плану культурно-массовой работы МАУК «Центр культуры» НГО, в том числе в общегородских мероприятиях (фестивали, конкурсы, концерты и т.д.) – не менее 8 в квартал с предоставлением не менее 2-х номеров на каждое мероприятие;

-мероприятия по созданию в коллективах творческой, доброжелательной атмосферы: тематические праздники, посвящённые красным датам календаря, конкурсы, дни именинников, чаепития.

-добросовестное выполнение участниками поручений, воспитание бережного отношения к имуществу Учреждения;

-проведение не реже одного раза в квартал и в конце года общего собрания участников коллектива с подведением итогов творческой работы;

-проведение раз в год отчётной цирковой программы. Продолжительность отчетной программы не менее 1 часа «чистого времени».

-накопление методических материалов, отражающих историю развития коллектива (планы, дневники, отчёты, альбомы, эскизы, макеты, программы, афиши, рекламы, буклеты и т. д.) и творческой работы.

2.10. Информация о переносе, отмене тренировок и каких либо других изменениях в работе Цирковой студии родители (законные представители) уведомляются путем доступных средств оповещения (вотс ап, телеграмм, смс и т.д.) либо делается запись в дневник;

2.11. Учреждение на основании заключаемых договоров с юридическими и физическими лицами может осуществлять приносящую доход деятельность, оказывать платные услуги: предоставление концертного номера, концертной программы Цирковой студии. Стоимость услуг определяется в соответствии с Прейскурантом.

2.12. При приеме в Цирковую студию необходимо:

- заполнить личную карточку участника Цирковой студии (Приложение № 3).

Зачисление в группу происходит на основании Договора на указанный в нем период;

- ознакомиться с настоящим Положением;

- обязательно ознакомиться и пройти первичный инструктаж по технике безопасности (Приложение № 4). Непрохождение первичного инструктажа является основанием недопуска участника коллектива до тренировки;

- заполнить разрешение родителя (законного представителя) на посещение Цирковой студии (если участник коллектива не достиг 18 лет) (Приложение № 5);

- предоставить медицинскую справку об отсутствии противопоказаний для посещения Цирковой студии (для младшей, подготовительной группы – справка от педиатра, для сборной концертной группы – медицинская комиссия) и страховку от несчастных случаев. При отсутствии справки и страховки руководитель коллектива имеет право не допускать участника до посещения тренировки, репетиции. Медицинская справка обновляется 1 раз в год.

2.13. Стоимость и сроки оплаты посещений Цирковой студии на платной основе определяются Договором на основании Прейскуранта на оказание платных услуг,

предоставляемых муниципальным автономным учреждением культуры «Центр культуры» Находкинского городского округа (далее – Прейскурант), утвержденного директором МАУК «Центр культуры» НГО

2.14. Льготное посещение Цирковой студии осуществляется в виде бесплатного посещения в соответствии с утвержденным директором МАУК «Центр культуры» НГО Порядком установления льгот отдельным категориям граждан при посещении ими платных мероприятий и клубных формирований муниципального автономного учреждения культуры «Центр культуры» Находкинского городского округа.

3. Руководство клубным формированием и контроль за его деятельностью

3.1. Общее руководство и контроль за деятельностью Цирковой студией осуществляет художественный руководитель МАУК «Центр культуры» НГО.

3.2. Непосредственное руководство Цирковой студией осуществляет руководитель клубного формирования.

3.3. Руководитель Цирковой студии:

-проводит набор участников в коллектив и формирует группы по степени их подготовки;
-постоянно ведёт активную работу со средствами массовой информации по созданию и формированию положительного имиджа Цирковой студии;

-формирует репертуар, учитывая качество произведений, исполнительские, возрастные и постановочные возможности коллектива. В репертуаре в обязательном порядке, согласно муниципальному заданию, должны быть тематические номера для участия в следующих мероприятиях, приуроченных к торжественным и праздничным датам:

- Мероприятия, посвящённые празднованию Нового года и Рождества Христова
- День защитника Отечества
- Масленица
- 8 марта – Международный женский день
- День работника культуры
- День весны и труда
- День Победы
- День города Находки
- День России
- День Флага РФ
- День народного единства

- ежегодно обновляет не менее 3-х массовых постановок, в соответствии с планом работы МАУК «Центр культуры» НГО;

- составляет и согласовывает с художественным руководителем перспективный годовой план организационно – творческой работы, который представляется директору МАУК «Центр культуры» НГО на утверждение;

-ведёт в коллективе регулярную творческую и учебно – воспитательную работу на основе утверждённого перспективного годового и месячного плана;

- ведет необходимую документацию и представляет необходимые отчеты о деятельности Цирковой студии (журналы, табеля и др.);

- ответственность за содержание деятельности коллектива несёт руководитель Цирковой студии.

4. Права и обязанности

4.1. Учреждение вправе:

- устанавливать режим посещений;
- устанавливать размер родительской платы за предоставленные услуги;
- за вклад в совершенствование и развитие творческой деятельности, организационную и воспитательную работу представить руководителя Цирковой студии к различным видам поощрения (Почётная грамота, Благодарность и т.д.);

- уведомить родителя (законного представителя) участника коллектива о нецелесообразности оказания ребенку услуг, вследствие его индивидуальных особенностей, делающих невозможным и нецелесообразным посещение Цирковой студии;

- отказать в приеме либо отчислить участника Цирковой студии по следующим причинам:

1. систематическое нарушение порядка оплаты предоставленных услуг;
2. несоответствие возрастному цензу;
3. отсутствие свободных мест;
4. противопоказания по состоянию здоровья, по которым запрещены физические нагрузки;
5. лишний вес;
6. при систематическом нарушении участником Цирковой студии дисциплины, прав и законных интересов других участников, систематическом неадекватном поведении (агрессия, истерическое состояние, намеренная порча имущества Учреждения и т.д.), препятствующих нормальному осуществлению тренировок, репетиций;
7. за систематические пропуски без уважительных причин;
8. за проявление неуважения к руководителю Цирковой студии, администрации, техническому персоналу Учреждения;
9. в иных случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

4.2. Учреждение обязуется:

- обеспечить безопасность во время пребывания участника коллектива в Учреждении;
- сохранить место за ребенком в случае его болезни, карантина, отпуска и другим уважительным причинам (согласно медицинской справке, заявления);

- обеспечить проведение санитарно-эпидемиологических и профилактических мероприятий;

- обеспечить соблюдение санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;
- обеспечить создание необходимых условий для деятельности Цирковой студии.

4.3. Родители (законные представители) вправе:

- знакомиться с Уставом МАУК «Центр культуры» НГО и другими документами регламентирующими деятельность Цирковой студии;

- защищать законные права и интересы ребенка;

- на итоговом родительском собрании знакомиться с результатами тестирования с целью дальнейшего продолжения участником коллектива тренировок либо перевода;

- присутствовать на открытом уроке. Открытые уроки Цирковой студии проводятся с целью продемонстрировать родителям (законным представителям) результаты работы участников и руководителя коллектива;

- расторгнуть договор в одностороннем порядке при условии предварительного уведомления руководителя Цирковой студии, администрации Учреждения и отсутствия долгов по оплате за предоставленные услуги.

4.4. Родители (законные представители) обязуются:

- своевременно вносить плату за предоставляемые услуги;
- представлять необходимые документы, предусмотренные локально-нормативными актами Учреждения;
- контролировать посещение участником Цирковой студии тренировок, репетиций;
- предупреждать руководителя Цирковой студии не менее чем за 1 час до начала тренировки об отсутствии ребенка;
- вести разъяснительные беседы с ребенком о необходимости слушать руководителя коллектива, неукоснительно соблюдать дисциплину и технику безопасности, правила внутреннего распорядка Цирковой студии (нельзя самовольно выходить во время тренировки, репетиции из зала),
- выполнять домашние задания по подготовке к тренировкам и все рекомендации руководителя коллектива;
- не вмешиваться в тренировочный и творческий процесс Цирковой студии (создание эскизов костюмов и реквизитов, идея и постановка концертного номера, подборка музыкального сопровождения и др.). Родители (законные представители) на тренировки не допускаются;
- при наличии признаков заболевания (кашель, насморк, сыпь, температура) не отправлять ребенка на тренировку;
- обеспечить явку участника коллектива на тренировки не раньше, чем за 15 минут до начала (время для переодевания, адаптации). В целях обеспечения безопасности детей родители (законные представители) должны удостовериться в том, что руководитель Цирковой студии принял ребенка. Запрещается уход участника коллектива без сопровождения родителя (законного представителя);
- после перенесенного заболевания, а также при пропуске участником коллектива более 3 (трех) тренировок, предоставить справку от врача-педиатра с указанием диагноза, длительности заболевания, рекомендациями. Без наличия данной справки участник коллектива до тренировок не допускается.
- поставить в известность руководителя Цирковой студии о наличии у ребенка аллергии либо других особенностях здоровья и развития;
- следить за внешним видом участника Цирковой студии, обеспечить его личным необходимым реквизитом (хулахуп, мячи для жонглирования и т.д.). На тренировки ребенок должен приходить в опрятной и чистой спортивной одежде с логотипом цирковой студии. **Для мальчиков** – комбинезон, спортивные шорты, маечка, белые носочки (2-3 пары), балетки, разогревочный пояс, утяжелители. **Для девочек** – гимнастический купальник (комбинезон) или лосины (в зимнее время), белые носочки (2-3 пары), балетки, разогревочный пояс, утяжелители, волосы аккуратно заплетены в две косы «дракончик» (допускаются мягкие резинки для волос).
- при наличии замечаний со стороны руководителя Цирковой студии и персонала Учреждения к поведению участника коллектива приходить для беседы по приглашению руководителя Цирковой студии и администрации Учреждения;
- проявлять уважение к руководителю Цирковой студии, администрации и техническому персоналу Учреждения, уважать честь и достоинство участников коллективов;

- поддерживать совместные выезды Цирковой студии на природу, чаепития и другие мероприятия для сплочения коллектива;
- при наличии замечаний, возникновении конфликтной ситуации решать наедине с руководителем Цирковой студии;
- заблаговременно извещать о причинах отсутствия участника коллектива;
- возмещать ущерб, причиненный имуществу Учреждения, по вине участника коллектива в соответствии с законодательством Российской Федерации;
- незамедлительно сообщать об изменении контактного телефона и места жительства;
- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка Учреждения, требования локально-нормативных актов, регламентирующих порядок отношений между Учреждением, участником коллектива и (или) их родителями (законными представителями), а также деятельность Цирковой студии.

4.5. Руководитель коллектива имеет право:

- принимать участие в обсуждении вопросов, связанных с деятельностью Цирковой студии;
- не допускать до занятий участников, имеющих долг по оплате посещений;
- в случае пропуска участниками коллектива тренировок от 2 недель подряд и более, во избежание получения травм, временно перевести в группу с меньшими нагрузками. Нагрузки и сроки адаптации определяет руководитель клубного формирования. Перевод участника коллектива в группу с более интенсивной нагрузкой производится после сдачи нормативов по общей физической подготовке (ОФП) и специальной физической подготовке (СФП);
- по согласованию с директором учреждения устанавливать, корректировать расписание посещений тренировок;
- повышать свой профессиональный уровень
- а также иные права в соответствии с должностной инструкцией и трудовым договором.

4.6. Руководитель коллектива обязуется:

- обеспечить безопасное проведение тренировок, репетиций;
- осуществлять свою деятельность на высоком профессиональном уровне;
- соблюдать правовые, нравственные и этические нормы, следовать требованиям профессиональной этики;
- уважать честь и достоинство участников коллектива, родителей (законных представителей);
- развивать у участников коллектива познавательную активность, самостоятельность, инициативу и творческие способности;
- применять обоснованные и обеспечивающие высокое качество формы и методы проведения тренировок, репетиций;
- учитывать особенности психофизического развития участников коллектива и состояние их здоровья;
- уважать честь и достоинство родителей (законных представителей), участников коллектива;
- соблюдать Устав и правила охраны труда, внутреннего трудового распорядка Учреждения;
- иные обязанности в соответствии с должностной инструкцией и трудовым договором.

4.7. Участники коллектива обязаны:

- добросовестно посещать все тренировки, репетиции в коллективе;

- соблюдать дисциплину и порядок на занятиях и репетициях, в помещениях учреждения;
- выполнять все требования руководителя клубного формирования в рамках выполнения планов и учебных программ;
- бережно относиться к имуществу учреждения;
- поддерживать творческую атмосферу в коллективе;
- соблюдать технику безопасности на тренировках, репетициях;
- выполнять домашние задания по подготовке к тренировкам и все рекомендации руководителя коллектива;
- проявлять уважение к руководителю и участникам коллективов, администрации и техническому персоналу Учреждения;
- в репетиционный зал входить только в сменной обуви.

4.8. Участники коллектива имеют право принимать участие в обсуждении вопросов, связанных с деятельностью коллектива.

5. Деятельность родительского комитета

5.1 Родительский комитет выбирается ежегодно на первом родительском собрании , в каждой возрастной группе.

5.2 Родительский комитет :

- принимает участие в собраниях;
- оказывает помощь руководителю коллектива во время поездок, при проведении концертов и других мероприятий;
- своевременно информирует остальных родителей о делах коллектива;

5.3 На добровольной основе с родителей (законных представителей) Родительский комитет может осуществлять сбор финансовых средств на нужды и развитие коллектива (костюмы , обувь и т.п.)

5.4. Решение о необходимом размере финансовых средств и необходимость их расходования принимаются исключительно членами Родительского комитета.

5.5. Отчёт о расходовании указанных средств предоставляется на родительских собраниях.

6. Заключительные положения

6.1. Учреждение не несет ответственность за сохранность ценных вещей, оставленных без присмотра, в гардеробе или раздевалке. В случае необходимости все ценные вещи передаются на временное хранение руководителю Цирковой студии.

6.2. Учреждение и руководитель Цирковой студии не несут ответственности за травмы, полученные по неосторожности или беспечности ребенка, а также травмы и иные повреждения здоровью нанесенные третьими лицами (другими детьми). Учреждение и руководитель Цирковой студии принимают возможные меры по предотвращению наступлений указанных последствий, а также предпринимают необходимые меры оказания соответствующей медицинской помощи, включая оперативный вызов скорой медицинской помощи.

6.3. В соответствии со ст. 1259 «Объекты авторских прав» Гражданского кодекса Российской Федерации сценические номера, эскизы костюмов, созданные в рамках творческой деятельности Цирковой студии являются объектом авторского права и принадлежат Учреждению и исполнение данных сценических номеров участниками коллектива без согласования с администрацией Учреждения запрещено.

)

Приложение № 1
к Положению о клубном
формировании «Цирковая
студия «Маленький принц»
муниципального автономного
учреждения культуры «Центр
культуры» Находкинского
городского округа

Нормативы по ОФП и СФП
Этап начальной подготовки (НП) младшая группа- 1-го, 2-го годов .

№ п/п	Наименование тестов	Год обучения	ОЦЕНКА					Требования к выполнению
			5	4	3	2	1	
I. ОФП			отлично	хорошо	удовл.	плохо	очень плохо	
1	Приседание на одной ноге у гимн.стенки (пистолеты). (Кол-во раз на каждой ноге).	НП-1	10	8	6	4	2	Нога прямая, на опору сильно не опираться.
		НП-2	12	10	8	6	4	
2	Поднимание ног до угла 90*, (кол-во раз).	НП-1	10	8	6	4	2	Ноги в коленях прямые.
		НП-2	13	11	9	7	5	
3	Упор присев, упор лежа, (кол-во раз за 30 сек).	НП-1	10	8	6	4	2	Ноги касаются опоры одновременно, выпрямление ног в упоре лёжа.
		НП-2	15	12	10	8	5	
4	Прыжки в группировке на месте (бедро на линию горизонта), (кол-во раз)	НП-1	15	10	8	6	4	Показывать плотную группировку, колени в группировке на линии груди.
		НП-2	20	15	10	8	5	
5	Сгибание – разгибание рук в упоре лежа от скамейки (отжимания), (кол-во раз).	НП-1	10	8	6	4	2	Туловище прямое, касание пола только подбородком
		НП-2	14	12	10	8	6	

II. СФП

1	Упражнение СФП №1 1. Стойка на голове 2. Стойка махом у опоры 3. Угол ноги врозь – 3 сек 4. Стойка толчком согнувшись у опоры	НП-1	Стойка толчком согнувшись у опоры 5	Угол ноги махом врозь – 3 сек 4	Стойка у опоры 3	Стойка на голове 2	Упражнение выполняется на выбор.
		НП-2	Стойка толчком согнувшись у опоры 5	Угол ноги махом врозь – 3 сек 4	Стойка махом у опоры 3	Стойка на голове 2	Упражнение выполняется на выбор
2	Упражнение СФП №2 1. Стойка на лопатках 2. Кувырок вперед-назад 3. Опускание-вставание с моста 4. Колесо	НП-1	Колесо 5	Мост опускание-вставание 4	Кувырок вперед-назад 3	Стойка на лопатках 2	Упражнение выполняется на выбор.
		НП-2	Колесо 5	Мост опускание-вставание 4	Кувырок вперед-назад 3	Стойка на лопатках 2	
3	Шпагаты	НП-1	90% 5	80% 4	70% 3	60% 2	
		НП-2	100% 5	90% 4	80% 3	70% 2	

Сумма баллов для перевода на следующий этап тренировок по ОФП - 15

Сумма баллов для перевода на следующий этап тренировок по СФП - 9

Нормативы по ОФП и СФП
Тренировочный этап (ТГ) подготовительная группа - 1-го, 2-го годов обучения.

№ п/п	Наименование тестов	Год обучения	ОЦЕНКА					Требования к выполнению
			5	4	3	2	1	
I. ОФП			отлично	хорошо	удовл.	плохо	очень плохо	
1	Приседание на одной ноге у гимнастической стенки (пистолеты). (Кол-во раз на каждой ноге).	ТГ-1	12	10	8	6	4	Нога прямая, на опору сильно не опираться.
		ТГ-2	15	13	11	9	7	
2	Поднимание ног до угла 90*, (кол-во раз).	ТГ-1	12	10	8	6	4	Ноги в коленях прямые.
		ТГ-2	15	13	11	9	7	
3	Подтягивания (с поддержкой)	ТГ-1	5	4	3	2	1	Ноги в коленях прямые, касание подбородком перекладины.
		ТГ-2	7	6	5	4	3	
4	Прыжки в группировке на месте (бедро на линию горизонта), (кол-во раз)	ТГ-1	20	17	15	12	10	Показывать плотную группировку, колени в группировке на линии груди.
		ТГ-2	25	20	18	15	12	
5	Сгибание – разгибание рук в упоре лежа (отжимания), (кол-во раз).	ТГ-1	12	10	8	6	4	Туловище прямое, касание пола только подбородком
		ТГ-2	14	12	10	8	6	
II. СФП								
1	Упражнение СФП №1 1.Шпагаты в % от 100% выполнения 2.Фронтальное равновесие 3.Вертикальное равновесие «шпагат»	ТГ-1	Вертикальное равновесие 5	Шпагат 100% 4	Шпагат 90% 3			Упражнение выполняется на выбор.
		ТГ-2	Вертикальное равновесие 5	Фронтальное равновесие 4	Шпагат 100% 3			
2	Упражнение СФП №2 1.Угол ноги врозь-2 сек 2.Стойка махом на руках-2 сек 3.Прыжок с поворотом на 360 градусов в шпагат	ТГ-1	Прыжок на 360* в шпагат 5	Стойка махом на руках 2 сек. 4	Угол ноги врозь 2 сек. 3		Упражнение выполняется на выбор.	
		ТГ-2	Прыжок на 360* в шпагат 5	Стойка махом на руках 2 сек. 4	Угол ноги врозь 2 сек. 3			

3	Упражнение СФП №3 1.Стойка в кувырок 2.Стойка в мост 3.Рондат 4.Рондат фляк	ТГ-1	Рондат фляк 5	Рондат 4	Стойка в мост 3	Стойка кувырок 2	Упражнение выполняется на выбор.
		ТГ-2	Рондат фляк 5	Рондат 4	Стойка в мост 3	Стойка кувырок 2	

Сумма баллов для перевода на следующий этап тренировок по ОФП - 15

Сумма баллов для перевода на следующий этап тренировок по СФП - 9

Нормативы по ОФП и СФП
Тренировочный этап сборной концертной группы (ТГ)- 3-го, 4-го, 5-го годов обучения.

№ п/п	Наименование тестов	Год обучения	ОЦЕНКА					Требования к выполнению
			5	4	3	2	1	
I. ОФП			отлично	хорошо	удовл.	плохо	очень плохо	
1	Приседание на одной ноге (пистолеты). (кол-во раз на каждой ноге).	ТГ-3	10	8	6	4	3	Нога прямая, руки в стороны.
		ТГ-4	12	10	8	6	5	
		ТГ-5	14	12	10	8	6	
2	Поднимание ног до уровня хвата руками (кол-во раз).	ТГ-3	9	7	5	4	3	Ноги в коленях прямые.
		ТГ-4	10	8	6	5	4	
		ТГ-5	12	10	8	6	5	
3	Подтягивания (без поддержки).	ТГ-3	4	3	2	1	-	Ноги в коленях прямые, касание подбородком перекладины.
		ТГ-4	5	4	3	2	1	
		ТГ-5	6	5	4	3	2	
4	Прыжки в длину с места.	ТГ-3	1,65	1,60	1,55	1,50	1,45	Прыжок засчитывается без падения или шагов при приземлении.
		ТГ-4	1,75	1,70	1,65	1,60	1,55	
		ТГ-5	2,00	1,90	1,80	1,70	1,60	
5	Сгибание – разгибание рук в упоре лежа от скамейки (отжимания), (за 20сек.)	ТГ-3	12	10	8	6	4	Туловище прямое, касание пола только подбородком
		ТГ-4	14	12	10	8	6	
		ТГ-5	16	14	12	10	8	
II. СФП								
1	Упражнение СФП №1 1. Фронтальное равновесие 2. Вертикальное равновесие «шпагат» 3. Равновесие «крокодил»	ТГ-3	Равновесие «крокодил» 5	Вертикальное равновесие «шпагат» 4	Фронтальное равновесие 3			
		ТГ-4	Равновесие «крокодил» 5	Вертикальное равновесие «шпагат» 4	Фронтальное равновесие 3			
		ТГ-5	Равновесие «крокодил» 5	Вертикальное равновесие «шпагат» 4	Фронтальное равновесие 3			

2	Упражнение СФП №2 1.Стойка махом на руках-2 сек 2.Прыжок с поворотом на 360 градусов в шпагат 3.Поворот в стойке на 180 градусов 4.Стойка силой согнувшись у опоры	ТГ-3	Поворот в стойке на 180* 5	Прыжок с поворотом на 360* 4	Стойка махом на руках 2 сек. 3
		ТГ-4	Стойка силой согнувшись 5	Поворот в стойке на 180* 4	Прыжок с поворотом на 360* 3
		ТГ-5	Стойка силой согнувшись	Поворот в стойке на 180*	Прыжок с поворотом на 360*
3	Упражнение СФП №3 1.Рондат 2.Рондат фляк 3.Сальто в группировке вперед 4.Сальто в группировке назад	ТГ-3	Сальто в групп. вперед 5	Рондат фляк 4	Рондат 3
		ТГ-4	Сальто в групп. вперед 5	Сальто в групп. назад 4	Рондат фляк 3
		ТГ-5	Сальто в групп. назад 5	Сальто в групп. вперед 4	Рондат фляк 3

Сумма баллов для перевода на следующий этап тренировок по ОФП - 15

Сумма баллов для перевода на следующий этап тренировок по СФП 33

**Нормативы по специальной физической подготовке
(гимнастика и акробатика)
для сборной концертной группы (девочки) 2022-2023 год.**

Гимнастические элементы и упражнения.

1. Продольный шпагат в минус, сидя с прямой спиной (уровень подъёма ноги подбородок).
2. Поперечный шпагат провис в минус с первой рейки (шведская стенка).
3. Мостик с прямыми руками и ногами.
4. Мостик ноги врозь.
5. Складка в погипе назад с захватом за голень (капелька).
6. Равновесие. Боковая затяжка нога за плечо -10 сек..
7. Равновесие. Боковая затяжка через поперечный шпагат вертикаль 90гр. -5сек.
8. Равновесие. Передняя затяжка (нога к носу) -5сек.
9. Равновесие. Задняя затяжка (прямая нога) -5сек.
10. Равновесие. Боковы шпагат без рук «балетный шпагат» - 5сек.
11. Равновесие ласточка нога вертикально вверх-5сек.
12. Разъезд в продольный шпагат (без рук).
13. Разъезд в поперечный шпагат (без рук).
14. Складка ноги врозь до пола касание грудью
15. Складка ноги вместе
16. Прыжок в продольный шпагат.
17. Прыжок в разножку.
18. Наклоны назад указательным пальцем дотронутся до пола 10 раз с переменной рук не теряя равновесия -10 сек.
19. Наклоны назад указательным пальцем двух рук дотронутся до пола 5 раз не теряя равновесия -5 сек

Акробатические элементы и упражнения.

1. Колесо с одной рукой.
2. Колесо с позиции боковой затяжки.
3. Переворот в перёд (перекидка) с одной рукой.
4. Переворот с позиции задней затяжки.
5. Переворот назад.
6. Крокодил -5сек.
7. Уголок с позиции сидя в складке ноги врозь -10сек.
8. Стойка на локтях в полушпагате – 20сек.
9. Стойка на локтях в мексиканке – 10сек.
10. Стойка на руках в положении полушпагат,шпагат– 10сек.
11. Стойка на руках в в мексиканке – 10сек.

12. Фляк с места.
13. Рондата-фляк
14. Маховое сальто через колесо (колесо без рук)
15. Маховое сальто через переворот.
16. Флик-в-фляк
17. Поъем разгибом

Для перевода либо подтверждения этапа тренировок для сборной концертной группы по специальной физической подготовке (гимнастика и акробатика) является выполнение всех упражнений.

Приложение № 3
к Положению о клубном
формировании «Цирковая студия
«Маленький принц»
муниципального автономного
учреждения культуры «Центр
культуры» Находкинского
городского округа

Личная карточка участника цирковой студии «Маленький Принц»

Данные ребенка:

ФИО _____
Дата рождения: _____ возраст _____
Школа (Д/с) №: _____ класс _____
Адрес (домашний): _____
Телефон (домашний): _____ сотовый: _____

Данные родителей:

Мать:
ФИО _____
Место работы, должность: _____

Контактный телефон (сотовый): _____

Отец:
ФИО _____
Место работы, должность: _____

Контактный телефон (сотовый): _____

Почему Вы отдали своего ребенка обучаться цирковому искусству?

Как Вы узнали о существовании цирковой студии «Маленький Принц»? (поставить «галочку»)
Нашли сайт в Интернете _____
Посоветовали друзья/ знакомые _____
Проходили мимо и решили зайти _____
Из рекламной продукции на улице _____
Другой вариант (какой?) _____

Я, _____
(ФИО родителя)

знаю, что мой ребенок занимается в цирковой студии «Маленький Принц», ничего против занятий не имею, и подтверждаю, что ребенок здоров и может быть допущен к занятиям данного вида искусства.

Дата: _____ **Подпись:** _____

Инструкция
по технике безопасности на тренировках клубного формирования
«Цирковая студия «Маленький принц»

I. Общие требования безопасности

1.1. К тренировкам в цирковой студии «Маленький принц» (далее – Цирковая студия, коллектив) допускаются:

- дети в возрасте от 4-18 лет не имеющие медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам,
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности с регистрацией записи в журнале руководителя Цирковой студии.

1.2. Руководитель цирковой студии и участник коллектива обязаны соблюдать правила безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения, пути эвакуации при возникновении чрезвычайной ситуации.

1.3. При проведении тренировок руководитель и участник коллектива должны соблюдать установленный режим тренировок и отдыха.

1.4. К тренировкам допускаются участники коллектива только в трикотажном костюме и обуви без каблуков (балетки, мягкие кеды).

1.5. Движение на сцене и манеже в цирке выполняется против хода часовой стрелки.

1.6. На тренировке ЗАПРЕЩЕНО:

- лежать (отдыхать) на месте проведения тренировки. Отдых разрешен только в специально отведённых местах;
- пить газированные напитки, есть, жевать жевательную резинку, щелкать семечки;
- при выполнении упражнений задерживаться и мешать общему ритму выполнения задания.
- находиться на месте тренировки посторонним лицам, кроме приглашённых для страховки.
- трогать, перемещать и залазить на свободно стоящий реквизит.

1.7. Участники Цирковой студии должны:

- бережно относиться к реквизиту и имуществу
- реквизит содержать в порядке, заметив неисправность, сразу необходимо сообщить руководителю коллектива.
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

1.8. За несоблюдение мер безопасности участник коллектива может быть не допущен или отстранен от участия в тренировке.

II. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Руководитель Цирковой студии обязан перед началом тренировки проверить зал:

- проверить освещение, исправность электроприборов;
- проверить санитарно-гигиеническое состояние помещения;
- осмотреть лонжию и прилегающие помещения.

2.2. Входить в помещение для тренировки и приступать к занятиям можно только с разрешения руководителя коллектива.

2.3. Участник Цирковой студии должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя тренировочную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность (серьги, браслеты, часы и т.д.);
- убрать из карманов тренировочной формы колющиеся и другие посторонние предметы;
- под руководством руководителя коллектива подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения тренировки;
- быть внимательным при подготовке реквизита для тренировки;
- по команде руководителя коллектива встать в строй для общего построения.

2.4. Прежде чем приступать к работе с реквизитом, убедитесь в его исправности, правильной подвеске или расположении.

2.5. При переноске матов держитесь за специальные ручки сбоку по два человека с каждой стороны. При укладке следите, чтоб их поверхность была ровной и не сбивалась в комки, не было зазоров, а также наложения края мата на другой.

III. Требования безопасности во время тренировки

3.1. Не приступайте к разучиванию и отработке трюков без предварительной разминки и разогрева мышц.

3.2. Разминку начинайте с аэробных упражнений (с большим потреблением кислорода и без задержки дыхания – бег, прыжки, аэробика).

3.3. Наиболее сложные трюки отрабатывайте в начале и середине тренировки, а во время исполнения номера выполняйте в конце.

3.4. Чередуйте сложные упражнения с лёгкими, но не давайте мышцам остыть.

3.5. Прежде чем начать работать над новым трюком, ознакомьтесь с техникой безопасности исполнения трюка, способами страховки и позаботьтесь о мерах безопасности (маты, лонжи, ассистенты).

3.6. Не выполняйте сложные элементы без страховки, если нет уверенности в их выполнении.

3.7. Выполняйте упражнение потоком (одно за другим) соблюдайте достаточный интервал и дистанцию.

3.8. Во время занятия не стойте близко к другим обучающимся, не отвлекайте и не мешайте им.

3.9. Во время работы на воздушном реквизите не помогайте залазить на него, не раскачивайте друг друга, не стойте под воздушными аппаратами.

3.10. Выполняйте вольные и акробатические упражнения на матах или ковре. Перед выполнением упражнения убедитесь, что на ковре или матах нет посторонних предметов или учащихся, которые могут помешать выполнить задание. Во время выполнения упражнений не выбегайте на ковер, не мешайте другим.

3.11. При смене деятельности отработанный реквизит убирать на место.

IV. Требования безопасности по окончании занятия

4.1. Участник коллектива обязан заканчивать тренировку силовыми упражнениями в умеренном темпе без особого разогрева организма.

4.2. Участник коллектива должен:

- под руководством руководителя коллектива убрать реквизит в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения тренировки;
- переодеться в раздевалке, снять тренировочный костюм и специальную обувь;
- вымыть руки с мылом.

4.3. Руководитель коллектива по окончании занятий должен:

- осмотреть помещение, в котором проходило занятие;
- отключить электроприборы и выключить свет.

V. Требования безопасности на выступлениях

- 5.1. Концертное выступление участником коллектива с цирковым номером должно быть согласовано с руководителем коллектива.
- 5.2. К выступлению допускаются участники коллектива с хорошим самочувствием.
- 5.3. Участникам коллектива запрещается в концертном костюме покидать пределы концертной площадки за исключением возникновения чрезвычайной ситуации.
- 5.4. Участник коллектива должен:
 - перед репетицией и выступлением обязательно разогреть и размять мышцы;
 - перед выступлением проверить исправность реквизита, состояние костюмов, нанести грим, ознакомиться с программой (уточнить порядок выступления);
 - ознакомиться с площадкой;
 - по окончании выступления привести в порядок реквизит, костюмы, личные вещи, гримерки.

VI. Требования безопасности при несчастных случаях и экстренных ситуациях

- 6.1. При получении травмы или при ухудшении самочувствия участник коллектива обязан прекратить выполнение задания и немедленно сообщить руководителю коллектива.
- 6.2. Руководитель коллектива должен оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь».
- 6.3. При возникновении пожара или другой чрезвычайной ситуации в учреждении немедленно прекратить тренировку, организованно, под руководством педагога покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.
- 6.4. Руководитель коллектива обязан поставить в известность администрацию учреждения и сообщить о пожаре в пожарную часть по номеру телефона - «01» или по сотовому «112»

VII Заключительные положения

- 7.1. Данная инструкция зачитывается на родительском собрании с использованием видеозаписи.
- 7.2. С данной инструкцией родители (законные представители) должны быть ознакомлены под подпись (Приложение № 1).

Приложение № 1
к Инструкции по технике
безопасности на тренировках
клубного формирования
«Цирковая студия «Маленький
принц»

**Лист ознакомления с Инструкцией
по технике безопасности на тренировках клубного формирования
«Цирковая студия «Маленький принц»**

п/н	ФИО	Подпись	Дата
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			
31.			
32.			
33.			

Приложение № 5
к Положению о клубном формировании
«Цирковая студия «Маленький принц»
муниципального автономного учреждения
культуры «Центр культуры»
Находкинского городского округа

Директору МАУК «Центр культуры»
НГО
Нестеренко В.П.

от _____
(Ф.И.О. представителя)

являющегося _____
(указать кем является)

(Ф.И.О. ребёнка)

**Согласие родителей (законных представителей)
на посещение ребёнком клубного формирования**

Я, _____,

паспорт: серия _____, номер _____, выдан _____,

дата выдачи: _____ г. **согласен (согласна)** на посещение клубного

формирования _____
(указать наименование клубного формирования)

муниципального автономного учреждения культуры «Центр культуры» Находкинского
городского округа **моего ребенка**

(ФИО, год рождения)

и я осознаю риски возможного травмирования ребенка связанные с посещением
тренировок и не буду иметь претензий к руководителю клубного формирования и
администрации Учреждения.

Контактные телефоны родителей (опекунов):

Контактные телефоны ребёнка (при наличии):

Дата _____ Подпись: _____ / _____ /
Ф.И.О.