

Управление культуры, спорта и молодежной политики администрации города Кемерово
Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств №15»

Дополнительная предпрофессиональная общеобразовательная программа
в области театрального искусства
«Искусство театра»

Предметная область
ПО.01. ТЕАТРАЛЬНОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЕ ИСКУССТВО

программа по учебному предмету
ПО.01.УП.04.
«Сценическое движение»

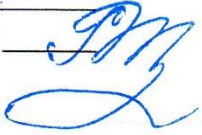
2019

Одобрено:

Методическим советом ДШИ № 15

протокол № 1

от 28. 08. 19.

председатель МС 



Утверждаю

Директор ДШИ № 15

Мамзер Н. О.

«21» сентября 2019 г.

Рекомендована:

театральной методической секцией ДШИ № 15

протокол № 1

от 19. 08. 19.

Разработчик:

Леонова Любовь Александровна, преподаватель театральных дисциплин
ДШИ №15

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка.....	3
1.1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.....	3
1.2. Срок реализации учебного предмета, возраст учащихся.....	3
1.3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета.....	4
1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.....	5
1.5. Цель и задачи учебного предмета.....	5
1.6. Обоснование структуры учебного предмета.....	6
1.7. Методы обучения.....	6
1.8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета....	6
II. Содержание предмета.....	8
2.1. Сведения о затратах учебного времени.....	8
2.2. Учебно-тематический план и содержание тем.....	11
III. Требования к уровню подготовки обучающихся.....	39
IV. Формы и методы контроля, система оценок.....	40
4.1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.....	40
4.2. Критерии оценки.....	41
V. Методическое обеспечение учебного процесса.....	43
5.1. Методические рекомендации педагогическим работникам.....	43
VI. Список литературы и средств обучения.....	47
6.1. Список рекомендуемой методической и учебной литературы.....	47
6.2. Список рекомендуемых Интернет-ресурсов.....	49

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа по учебному предмету «Сценическое движение» разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями (далее - ФГТ) к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы (далее – ДОПП) в области театрального искусства «Искусство театра» и на основе примерной программы учебного предмета («Сценическое движение». Разработчик: А.З. Закиров, Москва, 2012). Также, был учтён многолетний опыт преподавательской работы с учащимися театрального отделения Детской школы искусств № 15 (далее - ДШИ №15).

Учебный предмет "Сценическое движение" тесно связан с другими дисциплинами театрального искусства, предполагает понимание и освоение движения как структуры; формирует начальные навыки координации движений, реакции. Цель разнообразных разделов предмета - раскрыть пластические способности обучающегося и сформировать в нем потребность в выразительном движении.

1.2. Срок реализации учебного предмета, возраст обучающихся

Срок освоения программы «Искусство театра» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте от шести с половиной до девяти лет, составляет 8 лет. Освоение программы по предмету «Сценическое движение» рассчитано на 5 лет (с 4 по 8 класс).

Срок освоения программы «Искусство театра» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте от десяти до двенадцати лет, составляет 5 лет. Освоение программы по предмету «Сценическое движение» рассчитано на 4 года (с 2 по 5 класс).

Срок освоения программы «Сценическое движение» для детей, не закончивших освоение образовательной программы основного общего образования или среднего (полного) общего образования и планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы

в области театрального искусства, может быть увеличен на один год (9-й или 6-й класс).

1.3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета «Основы актерского мастерства».

Таблица 1

Нормативный срок обучения – 8 (9) лет

Классы/количество часов	4 – 8 классы	9 класс
	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка (в часах)	274,5	49,5
Количество часов на аудиторную нагрузку, из них:	165	33
из обязательной части учебного плана	165	33
из вариативной части учебного плана		
Количество часов на внеаудиторную (самостоятельную) работу	82,5	16,5

Таблица 2

Нормативный срок обучения – 5 (6) лет

Классы/количество часов	1 – 5 классы	6 класс
	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка (в часах)	198	49,5
Количество часов на аудиторную нагрузку, из них:	132	33
из обязательной части учебного плана	132	33
из вариативной части учебного плана		
Количество часов на внеаудиторную (самостоятельную) работу	66	16,5

Таблица 3

Нормативный срок обучения – 8 (9) лет

Класс	Количество часов в неделю
4, 5, 6, 7, 8, 9	1

Таблица 4

Нормативный срок обучения – 5 (6) лет

Класс	Количество часов в неделю
2, 3, 4, 5, 6	1

1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Основной формой работы является урок продолжительностью 40 минут. Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

1.5. Цель и задачи учебного предмета

Цель:

развитие театрально-исполнительских способностей детей и подростков, воспитание их пластической культуры, а также формирование у обучающихся комплекса навыков, позволяющих выполнять задачи различной степени сложности в процессе подготовки учебных спектаклей.

Задачи:

1. научить детей и подростков владеть своим телом;
2. использовать свое тело, как одно из основных средств выразительности актера;
3. выработать у учащихся общие двигательные навыки: конкретность и точность движения, правильное распределение мышечных усилий, ритмичность и музыкальность;
4. воспитать художественный вкус и умение логически мыслить;
5. изучение частных двигательных навыков – технических приемов выполнения заданий повышенной трудности;
6. ознакомление с исторической стилистикой движения.

1.6. Обоснование структуры учебного предмета «Основы актерского мастерства»

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа учебного предмета содержит следующие разделы:

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

В соответствии с данными разделами строится основная часть программы.

1.7. Методы обучения

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

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- наглядный (наблюдение, демонстрация);
- игровой метод;
- метод сюжетно-ролевой игры;
- практико-ориентированный метод;
- проблемный метод;
- рефлексивный метод.

1.8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база ДШИ №15 соответствует действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам, обеспечивает проведение всех видов практических занятий, предусмотренных учебным планом и программой. В школе есть в наличии:

- кабинет для проведения занятий по предмету «Сценическое движение», соответствующий санитарно-гигиеническим нормам;
- ковровое покрытие;
- Спортивный инвентарь (обручи, скакалки);
- магнитофон, DVD проигрыватель;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека;
- использование сети Интернет;
- школьная библиотека.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Сценическое движение», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия в рамках реализации ДОПП «Искусство театра»:

Аудиторная нагрузка по учебному предмету «Основы актёрского мастерства» обязательной части ДОПП «Искусство театра» распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет «Сценическое движение» федеральными государственными требованиями. Объем времени на самостоятельную работу учащихся в неделю по учебному предмету «Сценическое движение» определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания, в виду параллельного освоения детьми программ основного общего образования.

Виды внеаудиторной работы:

- прохождение теоретического материала;
- подготовка практических заданий;
- посещение учреждений культуры (пластических театров, филармонии, концертных залов и др.); участие учащихся в конкурсах, спектаклях, концертах, творческих мероприятиях и культурно-просветительской деятельности школы и др.

Сведения о затратах учебного времени

Таблица 5

Срок обучения 8 (9) лет

Классы	Распределение по годам обучения								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)				33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю) из обязательной части учебного плана				1	1	1	1	1	1

Количество часов на аудиторные занятия (в неделю) из вариативной части учебного плана									
Общее количество часов на аудиторные занятия по годам				33	33	33	33	33	33
Общее количество часов на аудиторные занятия	165								33
	198								
Количество часов на самостоятельную работу в неделю				0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Общее количество часов на самостоятельную работу по годам				16,5	16,5	16,5	16,5	16,5	16,5
Общее количество часов на самостоятельную работу	82,5								16,5
	99								
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные и самостоятельные)				1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные и самостоятельные)				49,5	49,5	49,5	49,5	49,5	49,5
Общее максимальное количество часов на весь период обучения	247,5								49,5
	297								
Объем времени из консультационных часов (по годам)				6	6	6	6	6	6
Общий объем времени из консультационных часов	30								6
	36								

Срок обучения 5 (6) лет

Таблица 6

	Распределение по годам обучения					
Классы	1	2	3	4	5	6
Продолжительность учебных занятий		33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю) из обязательной части учебного плана		1	1	1	1	1
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю) из вариативной части учебного плана						
Общее количество часов на аудиторные занятия по годам		33	33	33	33	33
Общее количество часов на аудиторные занятия	132					33
	165					
Количество часов на самостоятельную работу в неделю		0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Общее количество часов на самостоятельную работу по годам		16,5	16,5	16,5	16,5	16,5
Общее количество часов на самостоятельную работу	66					16,5
	82,5					
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные и самостоятельные)		1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные и самостоятельные)		49,5	49,5	49,5	49,5	49,5
Общее максимальное количество часов на весь период обучения	198					49,5
	247,5					
Объем времени из консультационных часов (по годам)		6	6	6	6	6
Общий объем времени из консультационных часов	24					6
	30					

2.2. Учебно-тематический план и содержание тем

Учебный предмет «Сценическое движение» связан с другими предметами театрального направления («Художественное слово», «Беседы об искусстве», «Основы актерского мастерства», «Танец», «Вокал» и т.д.) Важной задачей совокупности всех предметов является принципиальная нацеленность занятий на формирование актерских навыков юных исполнителей, в основе которых лежит развитая способность реализовывать сценическое действие, то есть действие целесообразное, осмысленное. Навыки, полученные в процессе обучения, реализуются учащимися в конкретной творческой работе в виде этюдов, сценических номеров, концертных выступлений и спектаклей, которые исполняются для зрителей в течение каждого учебного года. Работа обучающихся оценивается и контролируется преподавателями.

Учебно-тематический план 2 класс (5 (6) лет обучения) 4 класс (8 (9) лет обучения)

Таблица 7

№№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1.	Внешняя техника актера и ее значение	урок	1	-	1
2.	Тренинг подготовительный				
2.1.	Мышечная свобода	урок	11	4	7
2.2.	Упражнения на координацию	урок	9	3	6
2.3.	Упражнения на баланс	урок	9	3	6

2.4.	Упражнения на чувство скорости, инерции, напряжения	урок	9	3	6
3.	Тренинг развивающий				
3.1.	Общеразвивающие упражнения	урок	10,5	3,5	7
4.	Итого:		49,5	16,5	33
5.	Консультации	Урок, мастер-класс	6	-	6
6.	Всего с консультациями:		55,5	16,5	39

Тема 1. Внешняя техника актера и ее значение

Внешняя техника актера. Роль пластично-развитого тела на сцене. Знакомство воспитанников с собственным телом: с его анатомией, с его физическими и психофизическими качествами, с его двигательными возможностями, с его проблемами и ограничениями.

2. Тренинг подготовительный

Коррекция – лечебно-педагогический и воспитательный процесс, направленный на исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врожденных и приобретенных, ухудшающих или отягощающих внешние данные юного артиста, мешающих ему выявлять себя в ярких выразительных сценических формах.

Вычленение индивидуальных проблем каждого учащегося. Разработка стратегии исправления устранимых недостатков и компенсации, смягчения или прикрытия тех из них, которые не могут быть устранены.

Задача – подготовка костно-мышечного аппарата юного актера и определение степени готовности к активной работе на уроке.

Тема 2.1. Мышечная свобода

Одним из важных моментов в творчестве актера является мышечная свобода. Под мышечной свободой следует понимать умение актера естественно выполнять самые разнообразные движения. На успешное решение этой проблемы в основном влияют три фактора:

- 1) хорошее состояние физического аппарата (подвижность, гибкость, эластичность мышц) — фактор физический;
- 2) органичное поведение в предлагаемых обстоятельствах — фактор психический;
- 3) особые индивидуальные свойства (торможение, возбуждение, смелость, робость, застенчивость, самоуверенность, раздражительность, обидчивость, вялость, энергичность и другие).

Циклу упражнений, регулирующий мышечный тонус, и позволяющие снимать излишнее мышечное напряжение.

Тема 2.2. Упражнения на координацию

Координация — процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи. От нее зависит каждое движение человека. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится экономно, ненапряженно, пластично, четко.

Движения туловища, головы, рук и ног производятся в трех плоскостях по отношению к телу: лицевой, боковой, горизонтальной. Движения рук и ног по отношению друг к другу в пространстве могут быть: **одноименными** - движения совпадают по направлению (например, направо отводится правая рука и нога); **разноименными** - выполняются в разных направлениях (например, во время поскоков поднимаются правая рука и левая нога и наоборот). Движения, выполняемые руками или ногами, могут быть **однонаправленными** (например, обе руки подняты вверх), **разнонаправленными** (например, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону). Движения ног и рук относительно времени могут быть: **одновременными** (например, лежа на спине, поднимать и опускать обе ноги); **поочередными** (например, стоя, руки на поясе, сначала выставляется на носок одна

нога, затем другая); **последовательными** - движения рук или ног следуют одно за другим с отставанием на половину амплитуды (например, стоя, вращательные движения прямых рук: в то время как правая находится наверху, левая - внизу, они как бы догоняют друг друга).

Легче всего согласовывать движения, если они одновременные и однонаправленные; более трудны поочередные движения. Самые сложные, разноименные и разнонаправленные движения. Для развития координации в упражнениях для рук и ног следует учитывать нарастание сложности. Кроме того, нужно давать упражнения, в которых как бы изолированно тренируются руки, или ноги, или туловище, а затем постепенно вводить упражнения, объединяющие движения рук, ног и туловища. Вначале дается сочетание из двух звеньев (например, поднять руки и подняться на носки), затем из трех и более звеньев (например, и. п. - стоя, руки вверх наклонить туловище, отводя руки в стороны и выставляя вперед ногу) и, наконец, полезны такие упражнения, в которых происходит смена направлений движения частей тела (например, правая рука в сторону - вверх, в сторону - вниз; то же выполняет левая рука; или; правая - в сторону, левая - в сторону, правая - вверх, левая - вверх и т.п.). Необходимыми условиями для развития координации являются: постепенность в усложнении задач, разнообразие движений и ускорение темпа.

Тема 2.3. Упражнения на баланс

Чувство баланса - центральная тема предмета "Сценическое движение", объединяющая вопросы координации, инерции, напряжения, чувства движения на всех возможных уровнях - от физического до психического, и во всех творческих аспектах - начиная с работы на уроке и кончая взаимоотношениями обучающихся в процессе репетиции спектакля. Почувствовать баланс можно через упражнения - от простого движения корпусом вперед и назад, вправо и влево, стоя на одной ноге, до более сложных, например представить себя эквилибристом, который "идет по канату над пропастью". Ситуация удержания баланса в критической для тела позиции активизирует работу как крупных, так и мелких мышц. Этот процесс требует

дополнительного напряжения, которое, в свою очередь, влечет за собой развитие координации, управление скоростью движения.

Упражнения: «Веер», «Ласточка», «Ласточка вбок», «Ласточка назад»

Тема 2.4. Упражнения на чувство скорости, инерции, напряжения

Управлять скоростью движения в нестандартных сценических ситуациях возможно лишь тогда, когда не только в сознании, но и в мышечной памяти актера присутствует готовность сдерживать инерцию и регулировать процесс ускорения и замедления движения в соответствии с пространством и временем. Работа со скоростью начинается с обычной ходьбы. Средняя скорость сценической ходьбы - это скорость привычного для нас движения, когда мы не спешим, но и не замедляем шаг специально. Условно назовем ее пятой скоростью. От средней - пятой - установим условно четыре скорости на замедление (4, 3, 2, 1) и четыре на ускорение (6, 7, 8, 9). Это вовсе не значит, что скоростей может быть только 9. Условные 9 единиц необходимы для создания у ученика "внутреннего спидометра" движения. Каждое изменение скорости должно быть процессом не только индивидуально ощутимым, но и видимым. Работа со скоростями - это работа не только со временем и пространством, но с напряжением и инерцией. Важно, каким образом перераспределить напряжение в теле, меняя скорость, и как управлять инерцией, когда на пути встречается препятствие, заставляющее остановиться или поменять направление движения.

Упражнения:

«Пропасть», «Столкни камень», «Ходьба», «Лечь- встать под счет»

3. Тренинг развивающий

Задача этого этапа – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата актера.

Тема 3.1. Общеразвивающие упражнения

Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища достигается упражнениями, заимствованными из курса общеразвивающей гимнастики. Они объединены в два комплекса: один выполняется на полу, второй с применением стула. Упражнения подобраны с целью развития мышц, обеспечивающих хорошую осанку, укрепления и усиления деятельности дыхательной мускулатуры. Поэтому в комплексах имеется большое количество упражнений на развитие мускулатуры спины и живота. Остальные упражнения подобраны с акцентом на развитие гибкости и подвижности тела. В этой части выполняется и еще одна задача — повышение уровня ритмичности учеников. При исполнении общеразвивающих упражнений от учеников требуются максимальные усилия, полная отдача. Невозможно увеличить гибкость тела без затраты усилий. Возникновение небольших болевых ощущений в момент исполнения и после урока является на первых порах положительным признаком при определении необходимой нагрузки. Для выяснения этого обстоятельства педагог после урока спрашивает учеников о самочувствии. Укрепление мышц живота имеет большое значение для сценической речи, так как дыхание во многом зависит от подвижности и силы дыхательной мускулатуры. В этот раздел упражнения направлены на:

- гибкость и растяжку;
- силу (укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног) и выносливость;
- координацию (повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков) и реакцию;
- мышечную память, освобождение мышц.

Учебно-тематический план
3 класс (5 (6) лет обучения)
5 класс (8 (9) лет обучения)

Таблица 8

№№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1.	Тренинг пластический				
1.1.	Развитие выразительности рук	урок	8,5	4,5	4
1.2.	Пластические волны	урок	9	4	5
1.3.	Пластика животных	урок	12	4	8
2.	Тренинг специальный				
2.1.	Упражнения на правильную осанку	урок	12	4	8
2.2.	Сценическая акробатика	урок	8	-	8
3.	Итого:		49,5	16,5	33
4.	Консультации	Урок, мастер-класс	6	-	6
5.	Всего с консультациями:		55,5	16,5	39

1. Тренинг пластический

Пластическое воспитание актера - овладение психофизическими качествами и различными навыками. Очень важным в освоении актером техники движения является умение двигаться медленно и быстро, непрерывно и прерывисто, плавно и резко, округло и угловато, умение менять направление, темп, ритм и окраску движения, мгновенно переходить от очень медленного к быстрому. Воспитание наблюдательности, ритмичности, координации.

Задача — развитие внутреннего ощущения движения.

Упражнения:

- на напряжение и расслабление;
- на подвижность и выразительность рук;
- на подвижность и ловкость;
- на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;

Тема 1.1. Развитие выразительности рук

Основная задача этого раздела в том, чтобы развить гибкость, подвижность кистей и пальцев, а затем показать на ряде упражнений, как руки могут действовать осмысленно. Руки — главный орган движения с точки зрения физической выразительности актера в роли. Они могут многое сказать зрителям, и сказать очень ярко и четко. Поэтому необходимо направлять внимание учеников на выполнение действий руками во всех упражнениях предмета.

Упражнения данного раздела делятся на две группы. Первая — когда форма движений носит чисто абстрактный характер, только развивая нужные качества рук; эти упражнения не представляют собой действия с точки зрения драматического искусства. Упражнения второй группы по существу представляют собой очень короткие этюды, состоящие из двух дробных действий. Общая задача абстрактных (моторных) упражнений — повышение двигательных возможностей обеих рук. Именно эти упражнения хорошо развивают подвижность суставов. Вторая группа упражнений — этюды — напоминает упражнения с воображаемыми предметами, но полного подобия с ними нет, так как отсутствуют действия, которыми определялся бы отрезок жизни сценического героя. Упражнения: «Мельница», «Рыбка», «Фонарики»

Тема 1.2. Пластические волны

Во всех волновых движениях основной принцип: каждая следующая часть тела освобождает предыдущую от напряжения.

- ✓ Волна с руки на руку.
- ✓ Волна с руки на ногу. Вниз. Наверх.
- ✓ Волна тела снизу вверх, сверху вниз при поднятых руках вверх.

- ✓ Волна на полу вперед и назад.
- ✓ Волна боковая в плоскости тела фронтальная.
- ✓ Волна передняя. Тело в профиль.
- ✓ Спиральная волна снизу вверх - сверху вниз.

В дальнейшем выполнение волн в режиме мульт, покадрового, поэлементного движения.

Тема 1.3. Пластика животных

Пластика животных включает в себя работу по наблюдению за животными, а так же воплощение на рабочей площадке увиденных наблюдений. Способствует развитию пластической выразительности тела, взаимопониманию и взаимодействию с партнерами в игровой форме. Упражнения: «Я в шкуре животного»

2. Тренинг специальный

Задача - развитие психофизических качеств актера, когда упражнения становятся средством познания своих возможностей при решении двигательной задачи, имеющей свое оправдание и внутренний импульс.

Тема 2.1. Упражнения на правильную осанку

Осанка - это умение без особого напряжения удерживать свое тело, сохраняя правильную позу в различных положениях: сидя, стоя, во время ходьбы и игр. Важнейшее условие правильной осанки - нормальное развитие позвоночника. Если положение тела правильное, то каких-либо негативных изменений в состоянии здоровья человека не происходит. Особенно это касается состояния костного скелета и мышц. Однако, если ребенок или подросток неправильно сидит за партой или столом, искривляясь в ту или другую сторону, или если он постоянно носит тяжелый портфель в одной руке, то это может привести к искривлению позвоночника. Важно упражнениям на правильную осанку уделять время на протяжении всего обучения предмету «Сценическое движение».

Признаки правильной осанки:

1. Ступни развернуты носками наружу
2. Выпрямленные колени, когда тело равномерно опирается на обе ноги
3. Правильное положение спины: развернуты плечи и поднята грудь
4. Правильное положение шеи: немного вверх
5. Подтянутый живот

Тема 2.2. Сценическая акробатика

Основная задача акробатических упражнений в предмете «Сценическое движение» сводится к совершенствованию координации движений, тренировке скорости реакции, развитию смелости и решительности. Применяются акробатические комплексы, состоящие главным образом из кувырков. Их различные комбинации должны выполняться на ограниченном пространстве и в различных темпах. Чтобы развить смелость, исполнение этих упражнений постепенно переводится с матов на непокрытый пол. При выполнении различных элементов акробатики следует обращать внимание и контролировать центр тяжести, направление движения и торможение.

Упражнения:

- «Кувырок». Вперед. Назад. Боковой.
- «Танк» (Трактор).
- «Колесо». Боковое. Переднее.
- «Промокашка».
- «Мостик»
- «Свечка»

Учебно-тематический план
4 класс (5 (6) лет обучения)
6 класс (8 (9) лет обучения)

Таблица 9

№№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1.	Волевые действия				
1.1.	Семантические движения	урок	9	3	6
1.2.	Иллюстративные движения	урок	9	3	6
1.3.	Пантомимические движения	урок	9	3	6
2.	Тренинг специальный				
2.1.	Сценические падения	урок	11,5	3,5	8
2.2.	Сценические прыжки	урок	11	4	7
3.	Итого:		49,5	16,5	33
4.	Консультации	Урок, мастер-класс	6	-	6
5.	Всего с консультациями:		55,5	16,5	39

1. Волевые действия

Волевые действия — сознательно контролируемые действия, направленные на преодоление трудностей и препятствий при достижении поставленной цели.

Тема 1.1. Семантические движения.

Движения этого типа заменяют людям слова: «остановись», «уйди», «да», «нет», «прошу вас», «тише» и т. п. Движения этого типа довольно часто встречаются в сценической практике. Полная замена слов семантическими движениями практически оправдана только тогда, когда на сцене возникает «зона вынужденного

молчания», а это происходит, когда обстоятельства сценической жизни мешают произнесению слов. Семантические движения могут возникнуть у актера и в результате большого эмоционального возбуждения. В этих случаях семантические движения активно усиливают создаваемое речью актера впечатление; они обязательно имеют яркую эмоциональную окраску. Например: настойчивое словесное требование «подойди ко мне» может быть значительно усилено соответствующим жестом рук и выразительными движениями всего тела. В то же время семантические движения могут выражать и подтексты в роли; например, когда говорят «уйдите», но в интонации звучит «не уходите», то «та интонация может быть усилена соответствующими жестами.

В пластической характеристике образа актер может использовать движения семантического типа и тогда, когда герой находится в состоянии эмоционального покоя; но такая техника применима только в тех случаях, когда нужно специально подчеркнуть возраст, национальность, социальную принадлежность. Подобные движения типичны для людей романского происхождения, африканцев, евреев, кавказцев. Активная жестикуляция у этих народов — типичный пластический признак в физическом поведении, даже когда они в относительно спокойном состоянии; и наоборот, подобной жестикуляции нет у славян, англо-саксов, скандинавов и финнов. Сочетание семантических движений со словами усиливает впечатление от сказанного только при правильной технике их исполнения. Эта техника изложена в описании иллюстративных движений (см. ниже), но она не применима к семантическим движениям, возникающим произвольно, под влиянием сильных эмоций и чувств. В этом случае они не контролируются актером.

Тема 1.2. Иллюстративные движения.

Движения этого типа показывают (иллюстрируют) качество объекта: его размер, вес, объем, качество поверхности, местонахождение и т. д. Например: «У нас выход там!» — и рука показывает направление, где дверь. Или «хозяйка вынесла большой пирог» — и руки показывают размер пирога. Иллюстративные движения (так же, как и семантические) в сценических

обстоятельствах должны выполняться до соответствующей реплики или после нее, т.е. не так, как в жизни, когда люди совершенно не думают о подобной последовательности. Выразительность в поведении требует освоения этой своеобразной техники, присущей только профессии актера. Если речь и движения при этой системе игры идут в одном ритме, то нет впечатления, что текст прерывается, т. к. речь и движения воспринимаются как единое целое.

Тема 1.3. Пантомимические (эмоциональные) движения.

Эмоциональные или так называемые пантомимические движения возникают у людей в жизни и у актеров на сцене совершенно произвольно, как результат эмоций. В этих движениях наиболее ярко отражается внутренняя жизнь актера в роли. Эти движения активно воспринимаются зрителем, потому что они жизненно правдивы. Для режиссера и педагога появление этих движений в сценическом поведении актера является свидетельством органики исполнения.

Пантомимические движения, так же, как и эмоции, их порождающие, никогда не закрепляются — они появляются и исчезают при каждом новом повторении роли, и в этом их сценическая ценность. В любом жанре театрального искусства эти движения не могут заменить слова или рабочие движения. Они никогда не выражают логики сценической жизни, но, своеобразно окрашивая эту жизнь, придают физическим действиям эмоциональный характер, эмоциональную насыщенность. В этом их подлинная жизненность.

Каждое «произвольно-выразительное» движение всегда является сознательно организованным актом телесного: мышечного и нервного аппарата. Речь идет о таком произвольно-выразительном движении, которое способно, в силу естественных связей, породить множество невольных движений, дающих всему мышечно-нервному комплексу единый выразительно-ритмический тон. Если сознательно организованные произвольно-выразительные движения должны определять логически стройную сценическую перспективу жизни человеческого тела, то порождаемые логикой физического действия невольные движения образуют непрерывную и как бы музыкально-зримую «скульптуру» сценического

действия, в которой воплощается с наибольшей точностью внутренняя «жизнь человеческого духа» в той или иной роли». В театральной практике и педагогике эти категории движений принято называть жестами.

2. Тренинг специальный

Тема 2.1. Сценические падения

Задача - освоение техники падений, развитие способности управлять мышечным напряжением и расслаблением, инерцией движения, контролировать процесс движения, вызванного потерей равновесия.

Упражнения по освоению основных принципов различных схем сценических падений:

- падение на бок;
- падение «скручиваясь»;
- падение вперед;
- падение назад;
- падения через препятствия;
- падения с предметом в руках;
- падения во взаимодействии с партнером;

Тема 2.2. Сценические прыжки

Прыжки на сцене находят применение в случаях, когда надо быстро преодолеть «забор», «канаву», «лужу», когда надо перепрыгнуть через стол, стул, кровать и через партнера. Разучивание техники и тренировка состоят в увеличении прыжка, совершенствовании внимания, координации и укреплении костно-связочного и мышечного аппарата занимающихся. Поточное исполнение возбуждает сердечнососудистый и дыхательный аппарат учеников. После поточного исполнения надо дать успокаивающие упражнения.

Свободный прыжок с приземлением на одну ногу.

Свободный прыжок применяется в случаях, когда нет возможности опереться о препятствие рукой или ногой, Приземление на одну ногу дает возможность без задержки продолжать движение вперед.

Свободный прыжок с приземлением на обе ноги.

Уверенное приземление на обе ноги дает возможность прыгнуть дальше. Это приземление легко останавливает движение тела вперед, на сцене такая техника диктуется обстоятельствами действия. После фазы полета надо приземляться на обе ноги, согнув их, чтобы смягчить толчок. Следует указать, что необходимо умение погасить инерцию в момент приземления, т.е. остаться на месте (не двигаться вперед).

**Учебно-тематический план
5 класс (5 (6) лет обучения)
7 класс (8 (9) лет обучения)**

Таблица 10

№№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1.	Взаимодействие				
1.1.	Взаимодействие с предметом	урок	14,5	6,5	8
1.2.	Взаимодействие с партнером	урок	8	-	8
2.	Силовой тренинг				
2.1.	Сила и выносливость	урок	10	4	6
2.2.	Скорость	урок	9	3	6
2.3.	Ловкость	урок	8	3	5

3.	Итого:		49,5	16,5	33
4.	Консультации	Урок, мастер-класс	6	-	6
5.	Всего с консультациями:		55,5	16,5	39

Тема 1.1. Взаимодействие с предметом

Развивается целый комплекс задач, начиная с координации движения и заканчивая ловкостью в движениях. На заключительном этапе работы на основе полученных навыков учащиеся выполняют импровизированную игру с предметом.

Упражнения, дающие навыки мастерского обращения с предметами, базирующиеся на высоком уровне координации движений и на точном учете пространства и времени; упражнения, развивающие фантазию и находчивость актера при обыгрывании предмета в сценическом действии.

Постижение основ взаимодействия с предметом – освоение «классических» техник законов, принципов: элементы жонглирования, манипуляции и балансирования – работа с традиционным цирковым и гимнастическим реквизитом.

Упражнения:

- с мячом;
- со скакалкой;
- со стулом, столом;
- с гимнастическим обручем;
- с предметом по выбору учащегося.

Тема 1.2. Взаимодействие с партнером

Задача – развитие способности видеть, чувствовать, понимать и контролировать движения партнера с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей в соответствии с задачей, поставленной в данном упражнении.

Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации, требующие согласования движений во времени и в пространстве в соответствии с движениями и действиями партнеров или согласования с партнером характера и стилистики движений.

Упражнения:

- гимнастические;
- акробатические;
- на сопротивление и борьбу;
- с предметами;
- на бесконтактное взаимодействие и распределение в пространстве;
- композиция, импровизация.

2. Силовой тренинг

Тема 2.1. Сила и выносливость

Актер в спектаклях делает в основном движения, типичные для бытовых действий, поэтому ему нужна обычная, нормальная сила, которой обладают люди с полноценным здоровьем. Актер, не обладающий нормальной силой, на сцене часто не справляется с поставленными перед ним физическими задачами. Когда нет нормальной силы, невозможно быть на сцене достаточно физически активным — и не только в специальном трюковом куске, но и в роли вообще, несмотря на активное внутреннее действие. Волевому посылу не на что опереться, потому что слабый физический аппарат не позволяет совершить желаемое. Обычно под выносливостью подразумевается способность человека работать длительное время, непрерывно или с незначительными перерывами.

Естественно, что чем тяжелее работа, тем короче время, в течение которого ее можно выполнять без перерыва, и тем выносливее должен быть человек, занимающийся ею. Выносливость, необходимая для исполнения роли в спектакле, носит совершенно иной характер. Игра на сцене предъявляет повышенные требования к нервной системе, и в этом смысле у него должна быть огромная выносливость. Запас нервных сил ограничивает актера в возможности быть по-настоящему активным на протяжении всей роли.

Физическая выносливость нужна не только для выполнения движений, но и для речи, и для работы над ролью в учебном спектакле.

Тема 2.2. Скорость

Скорость определяется тем отрезком времени, за который было выполнено движение или действие. Скорость движения людей разнообразна. Она зависит от различных обстоятельств и условий. Театральная практика показывает, что актер должен уметь разнообразно пользоваться медлительностью движений; он должен уметь:

1. передвигаться в пространстве очень медленно, непрерывно выполняя при этом различные бытовые действия;
2. постепенно сбавляя скорость, останавливаться; останавливаться мгновенно; стоять совершенно неподвижно;
3. начинать двигаться очень постепенно;
4. изменять скорость передвижения.

Тема 2.3. Ловкость

Актеру в творческой жизни приходится выполнять разнообразные физические действия. Все их предугадать нельзя, а потому нельзя выучить, оттренировать заранее. Но аппарат воплощения должен быть так настроен, чтобы он был в состоянии выполнить любое физическое действие. Ловкость можно охарактеризовать как способность быстро и точно выполнить целесообразные движения, осуществляющие нужное физическое действие на основе верной оценки сценической ситуации. Под гибкостью подразумевается способность к максимальному изменению положения одной части тела по отношению к другой. Внимание и воля мобилизуют психику на выполнение нужных действий, но осуществление их в движениях тела требует подготовленного в смысле ловкости физического аппарата. У ловкого человека должно быть гибкое и подвижное тело, высокоразвитая координация движений и большая быстрота реакции. Под подвижностью подразумевается способность актера к легкому, быстрому и, что

очень важно для него, бесшумному передвижению по сцене. Общая подвижность тела зависит от степени гибкости.

**Учебно-тематический план
6 класс - дополнительный
8 класс (8 (9) лет обучения)**

Таблица 11

№№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1.	Специальные навыки сценического движения				
1.1.	Сценические переноски	урок	8	-	8
1.2.	Сценический бой	урок	10	-	10
2.	Пластический тренинг				
2.1.	Пластическая ходьба	урок	16	8	8
2.2.	Непрерывность и прерывность движения	урок	16,5	8,5	7
3.	Итого:		49,5	16,5	33
4.	Консультации	Урок, мастер-класс	6	-	6
5.	Всего с консультациями:		55,5	16,5	39

1. Специальные навыки сценического движения

Освоение тех действий, которые не могут быть выполнены на сцене в бытовом, житейском варианте, т.к. имеют свою специфику при переносе их на сцену. Например, «иллюзия, что один бьет другого, дает пощечину, падает, спотыкается...» (К.С.Станиславский).

Освоение специальных навыков сценического движения требует от актера комплекса определенных качеств и способностей.

Задачи:

- выявить то качество, которое недостаточно хорошо развито или плохо используется;
- наметить перспективу перехода от навыка движения к осмысленному действию.

Упражнения:

- распределение движения в сценическом пространстве;
- различные способы преодоления препятствий;
- различные способы переноски актера (партнера);
- реакция и развитие движения после толчка, броска, удара и других сигналов;
- трюковая пластика.

Тема 1.1. Сценические переноски

Редко, но все же возникает на сцене необходимость поднять на руки человека и унести его за кулисы, перенести на другое место, вынести на сцену и положить в указанном месте. Эти переноски выполняются с помощью специальной техники; в них одинаковое участие принимает и тот, кто несет, и тот, кого несут. Особенность этих трюков в том, что успешность их выполнения зависит главным образом от мышечных ощущений темпо-ритма действий партнера. Если совместные усилия людей, выполняющих такое упражнение, будут несогласованны, то сделать его не удастся.

Этот трюк может быть выполнен группой актеров, а иногда — и одним. Эти упражнения, помимо того, что они являются сценическими навыками, прекрасно тренируют чувство темпо-ритма партнера, силу и скульптурность. Упражнений на восприятие темпо-ритма партнера через мышечные ощущения не столь уж много, и

потому переноски приобрели особую ценность. Если совместные действия неправильны, несогласованны, удачно выполнить такой трюк нельзя. В переносках по одному мужчины могут носить женщин и мужчин. В групповых переносках одного могут нести семь, пять, четыре, три человека. В переносках по одному имеется три способа: несу друга, несу врага на плече, несу врага на обоих плечах. Изучение групповых переносок следует начинать тогда, когда ученики физически и ритмически достаточно подготовлены.

Примеры сценических переносок:

- Положить партнера на пол;
- Поднять тело, лежащее на полу;
- Взять партнера на руки.

Тема 1.2. Сценический бой

Трансформированный боевой прием, приспособленный для сценического боя, представляет собой пластический трюк, основанный на зрительной иллюзии. Любой пластический трюк должен отвечать двум непереносимым требованиям: он должен быть, во-первых, безопасен, а во-вторых, правдоподобен.

Правдоподобие всякого трюка строится, с одной стороны, на максимальном сходстве движений условного удара с движениями удара подлинного, а с другой – на особенностях зрительного восприятия, благодаря которым можно скрыть моменты имитации. Вторым обстоятельством, обеспечивающим правдоподобие трюка, является точность реакции, получающего удар. Он должен воспроизвести все движения, принять именно то положение, к которому привел бы такой удар в действительности.

Безопасность трюка может быть гарантирована только при одном условии: он должен быть полностью, во всех технических деталях понят, осознан исполнителями прежде, чем они приступят к его исполнению. Обучающийся должен усвоить в первую очередь последовательность и направление движений, из которых состоит прием, то есть его техническую схему. Задача – освоение навыков сценической борьбы и драки, а также проверка способности использовать приобретенные навыки в острой, конфликтной ситуации физического противодействия.

Упражнения:

- техника нанесения и приема удара;
- техника защиты и озвучивания ударов;
- принципы построения и исполнения сценической драки;
- драка с использованием предметов;

Примеры ударов:

- пощечина
- удар кулаком по щеке
- удар кулаком в грудь
- удар кулаком в живот
- удар кулаком в спину
- удар головой о стену

2. Пластический тренинг

Тема 2.1. Пластическая ходьба

Иногда по ходу сюжета персонажу бывает необходимо совершить длительный переход. Как же создать иллюзию преодоления большого расстояния? Такой иллюзии может добиться с помощью особого приема *«шаг на месте»* - шаг с носка на пятку, и с пятки на носок. Когда появится достаточная легкость, произвольность всех движений шага, необходимо включить в действие руки и корпус. В выполнении «шага на месте» их роль значительна.

Движения рук и ног во время обычной ходьбы называются «перекрестной координацией». Происходит как бы переkreщивание движений: когда впереди правая нога, то вперед активно выносится левая рука вместе с плечом. Это врожденное движение во время ходьбы не дает телу «закручиваться»: перекрестная координация как бы выполняет роль «балансера», уравнивающего вращательное движение.

К выразительным средствам относится и «бег на месте». Это динамичное действие часто бывает необходимо в пластических спектаклях. Существует несколько способов стилизованного бега. Первый, самый несложный, — это видоизмененный спортивный бег на месте. Тренируя бег, необходимо помнить о следующем:

1. Ноги, согнутые в коленях, энергично, поочередно откидываются назад как можно выше; касаясь пола, нога как бы подбивает воображаемый мяч, приземление происходит на «подушечки» ступней;
2. Корпус, насколько возможно, должен быть склонен вперед;
3. Темп — предельно быстрый.

Второй способ бега на месте, успешно применяемая при комедийных ситуациях - корпус отклоняется назад до возможного предела.

Тема 2.2. Непрерывность и прерывность движения

Непрерывность и прерывность движений есть один из обязательных признаков пластической выразительности. Под *непрерывностью* движения мы понимаем умение двигаться плавно, без задержек и скачков при любой скорости и амплитуде. Умение двигаться непрерывно находится в прямой зависимости от уровня координации движений и верного мышечного напряжения.

Непрерывность движений, как одно из явлений общей пластичности, должна находить выражение в таких бытовых действиях, как ходьба, умение плавно встать, сесть, опуститься на колени, поклониться и т. п. Непрерывное исполнение движений трудно, оно необычно для современного человека, т. к. темпо-ритмы нашей жизни требуют движений относительно быстрых, небольших по размеру и, главным образом,— прерывистых. Непрерывное движение, как своеобразный сценический двигательный навык, является обязательным средством внешней характеристики в исторических спектаклях.

Под *прерывностью* подразумевается умение сознательно прерывать движение, останавливаться в позе. Поза — это фиксированное движение, его отдельный момент.

Поза должна быть полна скрытого, невидимого движения, ощущаемого не только актером, но и зрителем. Движение прервано, но в первый момент после его окончания мышечное напряжение должно сохраниться; затем это мышечное напряжение сменяется другим, соответствующим следующему движению. Поза, лишенная мышечного напряжения, бездейственна, она ничего не выражает. Изменение в напряжении мускулатуры может быть совершенно незначительным, и, однако, оно придает позе соответствующую окраску.

Прерывность в движении на сцене, выполненная в нужный момент, не только характеризует жизнь героя в конкретный момент действия, но и раскрывает содержание самого физического действия. Остановки в движении — позы — являются сильным выразительным средством, если они возникают активно, вовремя и темпо-ритмически правильно. Поза должна быть внутренне оправдана логикой сценической жизни, иначе зритель ей не поверит. Паузы в движении делают игру актера пластически разнообразной.

**Учебно-тематический план
9 класс - дополнительный**

Таблица 12

№№	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1.	Тренинг развивающий				
1.1.	Время, пространство, темпо-ритм	урок	12	4	8
2.	Пластический тренинг				
2.1.	Пластическая фраза	урок	13,5	5,5	8
2.2.	Движение и речь	урок	9	2	7

2.3.	Этюды	урок	15	5	10
3.	Итого:		49,5	16,5	33
4.	Консультации	Урок, мастер-класс	6	-	6
5.	Всего с консультациями:		55,5	16,5	39

1. Тренинг развивающий

Тема 1.1. Время, пространство, темпо-ритм

Задача – развитие чувства ритма в движении и способности сохранять и изменять заданный темпо-ритм, точно понимая его составляющие.

Упражнения:

- понятие темпа - движение в разных скоростях;
- понятие чувства времени – распределение движения во времени;
- понятие ритма – движение в ритмических рисунках.

Интенсивность психической и физической жизни в искусстве театра принято называть темпо-ритмом. В каждом физическом действии оказываются логически связанными его ритм и темп выполнения. Эту логическую взаимосвязь К. С. Станиславский и называл термином темпо-ритм. Если в простом действии точно регламентировать пространство и время, то темп движений почти всегда будет им соответствовать. Темп несет в себе и определенный характер движений. Он может быть плавным, скачкообразным, убыстряющимся и замедляющимся, прерывистым или непрерывным и т. п. Темпы движений человека крайне разнообразны и очень сложны.

Темпо-ритм простейшего физического действия можно представить себе как исполнение определенных движений, осуществляющих заданное действие в ограниченном пространстве с установленной скоростью и в определенном времени. Темпо-ритм простейшего физического действия можно представить себе

как исполнение определенных движений, осуществляющих заданное действие в ограниченном пространстве с установленной скоростью и в определенном времени. Навыки темпа, развиваемые ритмическим воспитанием, по существу сводятся к следующим двум:

1. Устойчивость в данном темпе, то есть умение выдержать определенную скорость движения в течение достаточно длительного отрезка времени, не ускоряя и не замедляя.
2. Переключение темпов - умение легко и четко изменить скорость движения, не постепенно ускоряя или замедляя, а внезапно переходя от одной условно установленной скорости к другой.

2. Тренинг пластический

Тема 2.1. Пластическая фраза

Пластическая фраза - это цепочка движений, выражающая законченную мысль и обладающая подвижной структурой, которая представляет собой логическую последовательность процессов подготовки и совершения действия, контроля действия, связанного с управлением инерцией, и завершения движения (логической точки).

Сознательное участие в процессе движения на сцене осуществляется по принципу логической фразировки пластического текста. Фраза в движении может быть длинной или короткой, легкой или тяжелой, жесткой или мягкой, главной или второстепенной.

Тема 2.2. Движение и речь

Задача – развитие способностей свободно и уверенно соединять движение и речь при выполнении активной задачи в действии.

Упражнения:

- дыхание и звучание в активной позиции;
- перераспределение мышечного напряжения для обеспечения дыхания и звучания в движении и статистике;

- соединение непрерывности движения; - звуковой посыл как продолжение действия;
- чередование и соединение движения и слова.

В процессе развития обучающийся овладевает сложнейшей координацией мышц, обеспечивающих не только произнесение слов, но и взаимодействие речи с движениями скелетной мускулатуры. Продуктивное и целенаправленное действие не может быть полноценно выражено иначе, как только совокупностью словесного и физического действий, взаимно дополняющих друг друга. Произнесение текста во время или после активного движения требует от актера еще и специальной координации речи и движений с деятельностью сердечно-сосудистого и дыхательного аппаратов. Во время активного движения и особенно после него нарушение дыхания мешает произнесению текста. Надо уметь правильно дышать во время выполнения активных и быстрых движений, а этот навык медленно подготавливается. И обязательно приводить дыхание к норме во время произнесения слов.

Тема 2.3. Работа над этюдами

Задача – проверка готовности актера использовать знания и умения, приобретенные на уроках сценического движения, при решении творческой задачи.

Примеры этюдов:

- на музыкальную ассоциацию;
- на основе литературного материала;
- с использованием сценического боя;
- с использованием театрального реквизита.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Результатом освоения программы учебного предмета «Сценическое движение» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- необходимыми знаниями в области физической культуры и техники безопасности при исполнении пластических заданий на сцене;
- знаниями технических приемов сценического движения, в том числе с использованием различного театрального реквизита;
- знаниями профессиональной терминологии;
- умением использовать элементы пластической техники при создании художественного образа;
- умением распределять движение во времени и пространстве;
- навыками владения средствами пластической выразительности, комплексом физических упражнений.

К числу творческих элементов, которыми должны овладеть учащиеся, относятся:

- мышечные зажимы;
- пластика животных;
- акробатика;
- волевые действия;
- сценические падения;
- сценические прыжки;
- сценические переноски;
- сценический бой;
- пластическая ходьба;
- пластическая фраза;
- пластический этюд.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

4.1. *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Контроль знаний, умений и навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Виды аттестации по предмету «Сценическое движение»:

- текущая,
- промежуточная.

Текущая аттестация успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет, направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, имеет воспитательные цели, может носить стимулирующий характер. Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем, оценки выставляются в журнал и дневник учащегося. При оценивании учитывается:

- отношение обучающегося к занятиям, его старания и прилежность;
- качество выполнения предложенных заданий;
- инициативность и проявление самостоятельности, как на уроке, так и во время домашней работы;
- темпы продвижения.

На основании результатов текущего контроля выводятся оценки за полугодие.

Особой формой текущего контроля является контрольный урок, который проводится преподавателем, ведущим предмет без присутствия комиссии.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков (с приглашением комиссии), и зачетов. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. При оценивании обязательным является методическое обсуждение, которое носит рекомендательный, аналитический характер, отмечается степень освоения учебного материала, активность, перспективы и темп развития ученика. Зачеты проводятся в конце 4, 5, 6, 7, 8, 9 классов (8-летний срок обучения) и в конце 2, 3, 4, 5, 6 классов (5-летний срок

обучения) и определяет качество освоения учебного материала. Участие в конкурсах приравнивается к выступлению на зачетах и переводных экзаменах.

График проведения контрольных точек

Таблица 13

Срок обучения 8 (9) лет

Учебные полугодия	Форма проведения
7,9,11,13,15,17	Контрольные уроки
8,10,12,14,16,18	Зачеты

Таблица 14

Срок обучения 5 (6) лет

Полугодия	Форма аттестации
3,5,7,9,11	Контрольные уроки
4,6,8,10,12	Зачеты

4.2. Критерии оценки

Критерии оценки качества подготовки обучающегося по предмету «Сценическое движение»:

Таблица 17

Оценка	Критерии оценивания ответов
5 («отлично»)	стремление и трудоспособность ученика, направленные к достижению профессиональных навыков, полная самоотдача на занятиях в классе и сценической площадке, качественное, осмысленное исполнение упражнений и освоение сценических навыков, грамотное выполнение домашних заданий, работа над собой
4 («хорошо»)	чёткое понимание развития ученика в том или ином направлении, видимый прогресс в достижении поставленных задач, но пока не реализованных в полной мере

3 («удовлетворительно»)	ученик недостаточно работает над собой, пропускает занятия, не выполняет домашнюю работу. Слабая физическая подготовка. В результате чего видны значительные недочёты и неточности в работе на сценической площадке
2 («неудовлетворительно»)	случай, связанный либо с отсутствием возможности развития актёрской природы, либо с постоянными пропусками занятий и игнорированием выполнения домашней работы, отсутствие психофизического развития в данном предмете
«зачет» (без отметки)	промежуточная оценка работы ученика, отражающая, полученные на определённом этапе навыки и умения

Необходимым условием обучения сценическому движению является последовательное, детальное освоение обучающимися всех этапов учебной работы.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

5.1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Необходимым условием подготовки актера всегда было всестороннее пластическое развитие. В современной актерской школе недостаточно только физической подготовленности учащегося. Скованность движения, мышечный зажим, неверная осанка или походка – это только малая часть физических недостатков, с которыми педагог сталкивается на первом этапе обучения.

На занятиях педагог должен учитывать характерные особенности каждой группы. Это опорно-двигательная и суставно-связочная система. Возрастное развитие учащихся зависит от многих внутренних и внешних факторов. И уровень физических нагрузок может повлиять как на физическое естественное развитие учащегося, так и на задержку. Развитие костномышечной системы тесно связано с индивидуальностью учащихся. И педагог должен иметь индивидуальный подход к каждому обучающемуся. Задача педагога по сценическому движению научить чувствовать свое тело и движения, развивать психофизические качества. Особое внимание надо уделять правильной осанке учащихся. Главная причина плохой осанки – искривление позвоночника. Осанка неразрывно связана со здоровьем человека. Нормальный позвоночник выдерживает физические нагрузки, сохраняет гибкость и подвижность.

Выразительным средством актерского искусства является действие – психофизический процесс, в котором оба начала – психическое и физическое – существуют в неразрывной связи. Очевидно, что совершенствование возможностей актерского аппарата не может быть ограничено только задачами физического развития.

Акробатический раздел предусматривает значительное повышение требований дисциплины, ответственности педагога и обучающегося. Поэтому первое и необходимое требование – техника безопасности. Многие сложные упражнения выполняются на мате под контролем преподавателя. Особое внимание необходимо уделять подготовительным упражнениям. На каждом занятии необходимо повторять и закреплять пройденные элементы. Требование точности выполнения движения

должно сопровождаться объяснением целесообразности выполнения задачи. Учебные схемы, предлагаемые педагогом, должны исполняться точно и осмысленно. Процесс освоения акробатических элементов должен происходить постепенно. При работе над этим разделом следует сконцентрировать внимание на соблюдение надежной страховки, создание верного психологического настроя у обучающихся.

Учащиеся, только поступившие в детскую школу искусств, находятся на разных уровнях физической и психологической подготовки. На этом этапе особенно важно помочь им поверить в свои силы, приобрести уверенность в себе. Это возможно только при индивидуальном подходе к каждому ученику. С первых занятий на самых простых упражнениях необходимо добиваться точности исполнения заданий, не допускать приблизительности, поверхностного освоения материала. Каждый элемент упражнения, выполняемый обучающимися, должен носить творческий характер, актерское игровое начало. Например, прыжки с одной ноги на другую. Здесь задание может быть следующим: «Перебраться на другой берег реки по небольшим камням». В этом упражнении, кроме развития прыгучести, прорабатывается такое качество, как способность управлять центром тяжести и инерцией своего тела.

Одной из главных задач, выполняемых педагогом в процессе обучения, является выявление и развитие фантазии обучающихся. Помимо умения точно выполнять заданный педагогом пластический рисунок, обучающиеся должны постепенно подойти к созданию пластического образа. С этой целью упражнение на пластическую фантазию проводятся уже в первый год обучения. Общий уровень подготовленности, а значит, и способность к восприятию в каждом классе могут быть неравноценными. Для более эффективного построения учебного процесса возможен вариативный подход к разделам программы. В одном классе прорабатывается более подробно определенный раздел, который позволит органично перейти к следующему этапу. В другом классе, с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, работа может начаться с другого раздела. Это не относится к тренинговым разделам, которые проводятся на протяжении всего периода обучения. Важно, чтобы все разделы программы не оставались на ознакомительном уровне, а были бы освоены обучающимися в полном объеме.

О назначении и значимости сценического движения К.С.Станиславский писал: «...артист нашего толка должен гораздо больше, чем в других направлениях искусства позаботиться не только о внутреннем аппарате, создающем процесс переживания, но и о внешнем телесном аппарате, верно передающем результаты творческой работы чувства, - его внешнюю форму воплощения». Заключительный этап обучения включает в себя этюдно-постановочную работу.

Особо следует выделить сценический бой. Сценический бой – это сложный вид сценического движения, который подразумевает уже определенную подготовленность учащихся, требует высокой степени координированности, развитого чувства партнера и высокой степени концентрации внимания. Так как данный вид сценического движения безусловно травмоопасен, нецелесообразно всех обучать сценическому бою. Для спектакля, отрывка, этюда педагог в рамках предмета «Сценическое движение» может подготовить учащихся к сцене поединка.

Музыка и движение

Музыка играет очень важную роль в воспитании актера, ей необходимо уделить особое внимание. Следует строго подходить к качеству музыкального сопровождения, воспитывая вкус учащихся. Музыка должна помогать находить органичный ритм движения. Характер ее должен соответствовать характеру движения, а не подчинять его себе, за исключением специальных задач, где музыка способна направлять, окрашивать, иногда и диктовать движение. Но в некоторых упражнениях музыка может помешать ему, навязывая свой ритм и динамику. При освоении техники подобных упражнений музыка должна быть изъята. При овладении их техникой она вводится снова, уже как равноценный фактор, помогая организовать движение в законченную форму. Здесь нужно учитывать, что музыкальное сопровождение является не просто музыкальным фоном, а равноправным партнером.

Рекомендации по организации самостоятельной работы учащихся

Самостоятельная работа осуществляется при условии обеспечения полной безопасности для здоровья. Педагог строго запрещает выполнять вне занятия некоторые разделы программы. Это такие разделы, как сценическая акробатика, сценический бой, специальные сценические навыки. В самостоятельную работу учащихся входит составление индивидуального тренинга, отработка элементов и

работа с предметами. Полезен и, подчас, необходим просмотр видеозаписей по рекомендации педагога. Это могут быть записи пластических и танцевальных спектаклей.

VI. Список литературы и средств обучения

6.1. Список рекомендуемой методической и учебной литературы

1. Березкина-Орлова В.Б. Телесно-ориентированная психотехника актера: методические рекомендации к проведению тренинга / В.Б. Березкина-Орлова, М.А. Баскакова // Хрестоматия по телесно-ориентированной психотехнике. – Москва: Психотехника, 1993
2. Брук П. Пустое пространство / П. Брук; пер. с англ. ; под ред. О.С Родман, И.С. Цымбал. – Москва: Прогресс, 1976
3. Венецианова М.А. Актерский тренинг. Мастерство актера в терминах Станиславского / М.А. Венецианова. – Москва: АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства).
4. Вербицкая А.В. Основы сценического движения / А.В. Вербицкая. – Москва: ГИТИС, 1982
5. Волконский С. Выразительный человек / С. Волконский. – Санкт-Петербург: Аполлон, 1913
6. Голубовский Б. Пластика в искусстве актера / Б. Голубовский. - Москва: Искусство, 1986
7. Гринер В.А. Ритм в искусстве актера / В.А. Гринер. – Москва: Просвещение, 1966
8. Гринер В.А. Ритм в искусстве актера: методическое пособие / В.А. Гринер. – Москва: Просвещение, 1966
9. Громов Ю.И. Воспитание пластической культуры актера средствами танца / Ю.И. Громов. – Москва: профиздат, 1971
10. Дрознин А. физический тренинг актера по методике А. Дрознина / А. Дрознин // Я вхожу в мир искусств. – 2004. - №4(80)
11. Дрознин А.Б. Сценическая акробатика в физическом тренинге актера по методике А. Дрознина / А.Б. Дрознин. - Москва: ВЦХТ, 2005. - (Я вхожу в мир искусств)

12. Дрознин А.Б. Дано мне тело... Что мне делать с ним? / А.Б. Дрознин. – Москва: Навона, 2009.
13. Закиров А.З. Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы: методическое пособие / А.З. Закиров. – Москва: ВГИК, 2009
14. Збруева Н. Ритмическое воспитание актера: методическое пособие / Н. Збруева. – Москва: ВЦХТ, 2003
15. Иванов И.С. 250 гимнастических упражнений: индивидуальная гимнастика для актёра / И.С. Иванов. – Москва: ВЦХТ, 2005. – (Я вхожу в мир искусств)
16. Карпов Н.В. Уроки сценического движения / Н.В. Карпов. – Москва: ГИТИС, 1999
17. Кох И.Э. Основы сценического движения / И.Э. Кох. – Санкт-Петербург: Просвещение, 1976
18. Морозова Г.В. О пластической композиции спектакля: методическое пособие / Г.В. Морозова. – Москва: ВЦХТ, 2001. – (Я вхожу в мир искусств)
19. Морозова Г.В. Пластическая культура актера: Словарь терминов / Г.В. Морозова. – Москва: ГИТИС, 1999
20. Морозова Г.В. Пластическое воспитание актера / Г.В. Морозова. – Москва: ГИТИС, 1998. – (Русская театральная школа)
21. Морозова Г.В. Сценический бой / Г.В. Морозова. – Москва: ВЦХТ, 2004. – (Я вхожу в мир искусств)
22. Морозова Г.В. Биомеханика: наука и театральный миф / Г.В. Морозова. – Москва: ВЦХТ, 2005. – (Я вхожу в мир искусств)
23. Назаров В. Координация у детей школьного возраста / В. Назаров. – Москва: Физкультура и спорт, 1969
24. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. – 2 изд., доп. – Москва: Искусство, 1983
25. Павис П. Словарь театра / П. Павис; пер. с фр. ; под ред. Л. Баженовой. — Москва: ГИТИС, 2003
26. Славский Р.Е. Искусство пантомимы / Р. Е. Славский. – Москва: Искусство, 1962

27. Смирнов Б. Место сценического движения в системе театрального образования. О воспитании актёра. Школа-студия им В.И. Немировича-Данченко / Б. Смирнов. - Москва: ВТО, 1982

6.2. Список рекомендуемых Интернет-ресурсов

1. Театральный web-узел "Тип сцены". – Режим доступа: <http://artclub.sarbc.ru>
2. Театральная библиотека. – Режим доступа: <http://lib.vkarp.com/>
3. Все для студента. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/>
4. Ассоциация телесно-ориентированных психотерапевтов // В.Б. Березкина-Орлова. – Режим доступа: <http://ratop.ru/?p=68>
5. Блог о саморазвитии 4BRAIN. – Режим доступа: <http://4brain.ru/blog>
6. Драматешка. – Режим доступа: <http://dramateshka.ru/>
7. ЦХО МГДД(Ю)Т // Сценическое движение в детской театральной студии. – Режим доступа: http://www.artzentr.ru/load/obrazovatelnye_programmy_ckho_mgdd_ju_t/programmy_tetra_junykh_moskvichej/scenicheskoe_dvizhenie_v_detskoj_teatralnoj_studii/5-1-0-40
8. Группа актерского мастерства «Гамма». – Режим доступа: <http://www.art-gamma.com>
9. Театр-студия «Открытие». - <http://www.teatr-open.ru/>
10. Википедия. - <https://ru.wikipedia.org/wiki>