

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Принята на заседании
педагогического совета
МАУДО ДТД и М
«29» августа 2017 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО ДТД и М
Г.И. Андреева
«29» августа 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая программа
Художественной направленности
«Театральное искусство (подготовительная группа)»
Возраст учащихся: 12-15 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Землянская А.А.,
педагог дополнительного образования

Калининград 2017 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности составлена в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Уставом МАУДО ДТД и М.

Актуальность Программы. Программа «Основы сценического движения в подготовительной группе театральной студии» является частью движенческой подготовки в театральной студии. Она тесно связана с предметом – «Основы актёрского мастерства», так и с другими профильными формами театрального образования. Прежде всего, это – «хореография» и «сценическая речь». Основы пантомимы, включенные в программу, дополняют работу над совершенствованием двигательной культуры, начатую разделами: акробатика и основы сценического движения.

Педагогическая целесообразность. Комплекс движенческих дисциплин следует рассматривать как органическую часть всего образовательного процесса, проходящего в театральной студии. Педагог средствами сценического движения воспитывает у учащихся навыки формирования выразительного, пластически подвижного тела, добивается умения переносить эти навыки из тренировочных упражнений в спектакль. Занятия по программе помогают соединить пластические возможности учащегося и выразительность его тела, руководствуясь главным правилом - единство психического и физического начала.

Программа позволит учащимся открыть и развить свои двигательные способности, повысить не только психофизический рейтинг среди сверстников, но и эмоциональную культуру. Навыки, полученные в процессе освоения программы, помогут адаптироваться и социализироваться в условиях современной жизни, в первую очередь, в умении правильно двигаться и через тело выражать свою мысль. Именно в этом и состоит педагогическая целесообразность Программы.

Новизна Программы состоит в современной подаче учебного материала, интенсивном совершенствовании пластики, двигательной координации и сценической выразительности юных актеров, через элементы игры и пластической импровизации.

Программа является программой художественно-эстетической направленности.

Срок реализации Программы составляет 2 года. Возраст учащихся от 12 до 15 лет. Занятия проводятся: 1 раз в неделю по 1 часу.

Цель Программы – развитие исполнительских способностей учащихся, воспитание их пластической культуры, а также формирование у учащихся комплекса навыков, позволяющих выполнять задачи различной степени сложности в процессе подготовки учебных спектаклей.

Задачи Программы:

Обучающие:

- обучить методам самоконтроля;
- обучить управлению вниманием;
- обучить управлению телесным аппаратом;
- обучить музыкальности и ритмичности;
- обучить технике безопасности на занятиях акробатики;
- обучить владению сценическим реквизитом;
- обучить правилам поведения на сцене.

Развивающие:

- сформировать интерес к сценическому движению;
- сформировать понимание о необходимости здорового образа жизни;
- развить подвижность мышечно-двигательного аппарата;
- развить нервно-мышечный аппарат;
- развить эмоциональную выразительность;
- развить художественный вкус;
- развить координацию движений
- сформировать навыки воплощения собственных идей в пластических образах и пластических импровизациях;
- сформировать коммуникативные навыки.

Воспитательные:

- воспитать чувство коллективизма;
- воспитать ответственность за результат своей работы и коллективных работ.

Планируемые результаты по годам обучения.

В конце первого года обучения учащийся должен:

- знать комплекс тренировочных гимнастических упражнений на гибкость и подвижность;
- знать базовые элементы акробатики;

- овладеть всеми видами сценических падений, переносок, прыжков и т.п.;
- овладеть техникой различных сценических ударов;
- иметь понятие о темпе и ритме в движении, уметь отразить в движении характер музыкального произведения;
- знать аналитический комплекс упражнений пантомимы, стилевые упражнения пантомимы;
- овладеть техникой пантомимы; уметь работать с различными воображаемыми предметами и объектами;
- на основе полученных знаний и навыков уметь создать пластический этюд на простые физические действия;
- знать основы пластической культуры.

В конце второго года обучения учащийся должен:

- знать основные правила выполнения сложных пластических и силовых упражнений;
- уметь контролировать физическое состояние своего тела;
- уметь выполнять сложные пластические, силовые и координационные упражнения как с партнёром, так и самостоятельно;
- знать основные правила сценического движения и пантомимы;
- самостоятельно работать над постановкой акробатических сцен.

Формы отслеживания результатов.

Результативность освоения программы выявляется на контрольных занятиях, в конце каждого полугодия в форме зачёта или открытого показа. Результаты оцениваются комплексно всеми педагогами. На открытые показы приглашаются педагоги, родители и товарищи учащихся. По окончании учебного года подведение итогов проходит в форме открытых занятий, контрольных зачетов, а также в целостных творческих работах: миниатюрах, класс-концертах, спектаклях.

Учебный план первого года обучения

Содержание	Объем	Теория	Практика	Отслеживание результата
Раздел 1. Введение	2	2	0	
Раздел 2. Сценическая акробатика и взаимодействия.	19	1	18	
Раздел 3. Основы пантомимы.	15	1	14	
Всего часов	36	4	32	

Учебный план второго года обучения

Содержание	Объем	Теория	Практика	Отслеживание результата
Раздел 1. Введение	2	2	0	
Раздел 2. Сюжетное пластическое представление.	19	1	18	
Раздел 3. Соединение элементов в сценической импровизации	15	1	14	
Всего часов	36	4	32	

Тематическое планирование первого года обучения

Содержание	Цели и задачи	Методы и приёмы	Наглядность	Примечание
Раздел 1. Введение				
1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. 2. Разминка. Упражнения на развитие моторики	Диагностика пластических возможностей учащихся. Обеспечение безопасности учебного процесса.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений. Коррекция и страховка действий учащихся.	Показ упражнений и трюков.	
Раздел 2. Сценическая акробатика и взаимодействия.				
3. Упражнения для развития координации 4. Упражнения для развития координации 5. Разминка. Элементы акробатики. 6. Работа с мячом. 7. Разминка. Упражнения на развитие моторики 8. Механизм и строение голосового аппарата. 9. Упражнения для развития координации 10. Сценические падения 11. Сценические падения 12. Взаимодействие с предметом 13. Взаимодействие с предметом 14. Взаимодействие с партнером 15. Взаимодействие с партнером 16. Специальные навыки сценического движения 17. Специальные навыки сценического движения 18. Время, пространство, темпо-ритм 19. Время, пространство, темпо-ритм 20. Общий пластический тренинг 21. Общий пластический тренинг	Развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата. Освоение акробатических навыков и развитие комплекса психофизических качеств. Освоение техники падений, развитие способности управлять мышечным напряжением и	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий учащихся.	Показ упражнений и трюков.	

	расслаблением, инерцией движения, контролировать процесс движения, вызванного потерей равновесия.			
Раздел 3. Основы пантомимы.				
<p>22. «Волновая» техника</p> <p>23. «Волновая» техника</p> <p>24. Техника «стены»</p> <p>25. Техника «стены»</p> <p>26. Пантомимические походки</p> <p>27. Пантомимические походки</p> <p>28. Иллюзии силы, веса</p> <p>29. Иллюзии силы, веса</p> <p>30. Иллюзия скорости</p> <p>31. Иллюзия скорости</p> <p>32. Способность к взрывной реакции</p> <p>33. Способность к взрывной реакции</p> <p>34. Мягкое и быстрое торможение</p> <p>35. Мягкое и быстрое торможение</p> <p>36. Зачётный показ в виде класс-концерта</p>	<p>Освоение техники классических стилизованных упражнений в пантомиме.</p> <p>Применение полученных умений и навыков.</p>	<p>Вводная лекция.</p> <p>Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий учащихся.</p>	<p>Показ упражнений и трюков.</p>	

Тематическое планирование второго года обучения

Содержание	Цели и задачи	Методы и приёмы	Наглядность	Примечание
Раздел 1. Введение				
1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. 2. Разминка. Упражнения на развитие моторики	Диагностика пластических возможностей учащихся. Обеспечение безопасности учебного процесса. Восстановление навыков.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений. Коррекция и страховка действий учащихся.	Показ упражнений и трюков.	
Раздел 2. Сюжетное пластическое представление.				
3. Упражнения для развития координации 4. Упражнения для развития моторики 5. Разминка. Акробатические элементы 6. Разминка. Акробатические элементы 7. Упражнения для развития моторики 8. Упражнения для развития координации 9. Комплекс акробатических и гимнастических упражнений 10. Комплекс акробатических и гимнастических упражнений 11. Комплекс акробатических и гимнастических упражнений 12. Групповые трюки с предметами 13. Групповые трюки с предметами 14. Групповые трюки с предметами 15. Групповые трюки с предметами 16. Групповые трюки с предметами	Закрепление приобретённых умений и навыков для решения творческих задач. Развитие способностей свободно и уверенно соединять движение и речь при выполнении активной задачи в действии.	Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий учащихся. Проверка самостоятельных работ учащихся.	Показ упражнений и трюков.	

<p>17. Групповые трюки с предметами 18. Шаги: вперед-назад 19. Шаги: вперед-назад 20. Шаги: вперед-назад 21. Контрольный показ по теме: Сюжетное пластическое представление</p>				
<p>Раздел 3. Соединение элементов в сценической импровизации</p>				
<p>22. Основные правила импровизации 23. Соединение элементов 24. Соединение элементов 25. Соединение элементов 26. Комплексное, бесшовное соединение разных видов трюковой пластики в одном сценическом представлении 27. Комплексное, бесшовное соединение разных видов трюковой пластики в одном сценическом представлении 28. Комплексное, бесшовное соединение разных видов трюковой пластики в одном сценическом представлении 29. Выбор материала для представления 30. Репетиция акробатического представления 31. Репетиция акробатического представления 32. Репетиция акробатического представления 33. Репетиция акробатического представления 34. Репетиция акробатического представления 35. Репетиция акробатического представления 36. Зачётный показ в виде класс-концерта</p>	<p>Закрепление приобретённых умений и навыков для решения творческих задач. Развитие способностей свободно и уверенно соединять движение и речь при выполнении активной задачи в действии. Развитие способностей сценической импровизации в пластике.</p>			

Содержание программы

І год обучения.

Сценическая акробатика и взаимодействия.

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 занятии.

Упражнения:

- в подтягивании, скручивании, прогибании, вращении;
- в ходьбе, в прыжках, в беге;
- в равновесии: наклоны, прогибы, вращения, прыжки; повышение чувства равновесия (тренировка вестибулярного анализатора), повышение устойчивости тела (оперирование центром тяжести);
- фиксирование позиции.

Тренинг развивающий

Задача – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата учащихся.

Упражнения:

- на гибкость (упражнения для развития пассивной и активной гибкости) и растяжку;
- на силу (укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног; динамические упражнения; упражнения для развития взрывной силы; статические (изометрические) упражнения) и выносливость;
- на координацию (повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков. Координационные упражнения для рук, выполняемые в одной, двух и трех плоскостях и со сменой плоскостей; сочетание координационных упражнений для рук с различными движениями ног) и реакцию;
- на прыгучесть и подвижность стопы;
- на мышечную память, освобождение мышц (произвольное управление мышечными напряжениями; попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях; расслабление отдельных групп мышц без предварительного их напряжения; расслабление одних мышц при одновременном напряжении других; «переливание» напряжений и расслаблений из одних мышц в другие; полное расслабление всех мышц с падением и без падения; выработка волевого, а затем и подсознательного контроля за мышечными напряжениями);
- на ощущение центра тяжести;
- на вестибулярный аппарат.

Тренинг пластический

Задача – развитие внутреннего ощущения движения.

Упражнения:

- на напряжение и расслабление;
- на подвижность и выразительность рук;
- на подвижность и ловкость (приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач; телесная и ручная ловкость);
- на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;
- на освоение различных типов и характеров движения.

Тренинг специальный

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

Упражнения:

- на развитие чувства равновесия (Повышение чувствительности вестибулярного аппарата, обострение чувства равновесия и повышение устойчивости тела);
- чувства пространства;
- чувства инерции движения;
- чувства формы;
- чувства партнера.

Занятия по данным темам (тренинг) должны производиться на протяжении всего периода обучения.

Сценическая акробатика

Задачи:

- освоение акробатических навыков и развитие комплекса психофизических качеств, когда акробатический навык трансформируется из спортивного в сценический и исполнение его предполагает свою причинно-следственную связь;
- способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнерства в экстремальных ситуациях; расширить динамический диапазон движений учащихся; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков.

Упражнения:

- подготовительные упражнения;
- индивидуальная акробатика (освоение основных элементов индивидуальной акробатики: упражнения в балансировании, шпагаты, мосты, упоры, стойки, перекаты, кувырки, перекидки, перевороты колесом);
- парная акробатика (освоение основных элементов парной акробатики: поддержки, седы, стойки, выход на плечи);
- акробатические композиции и вариации (элементы эксцентрической акробатики; акробатические комбинации и фразы; этюды с использованием элементов акробатики).

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 биомеханических принципов различных схем сценических падений:

- подготовительные упражнения к пассивным падениям – например, падения из положения сидя, стоя на коленях, пассивные падения из положения стоя в различных направлениях; к активным падениям – приемы страховки, активные падения в различных направлениях;
- падения на полу;
- падения через препятствия;
- падения с предметом в руках;
- падения во взаимодействии с партнером;
- цепочка падений в декорации;
- оригинальные и трюковые падения.

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;
- с гимнастической палкой, тростью;
- со скакалкой, веревкой
- со стулом, столом;
- с гимнастическим обручем;
- с плащом;
- с предметом по выбору учащегося.

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.

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 учащегося комплекса определенных качеств и способностей.

Задачи:

- при освоении навыка 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 партнера;
- реакция и развитие движения после толчка, броска, удара и других сигналов;
- трюковая пластика.

Время, пространство, темпо-ритм

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

Упражнения:

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

Основы пантомимы. Специфические особенности пантомимы как вида искусства

Основные свойства и признаки пантомимы: максимальное обобщение содержания, стилизация формы, предельная целесообразность и точность движения. Жест как носитель действия в пантомиме и почва для рождения специфического поэтического языка.

Синтетичность пантомимы как вида искусства.

«Воображаемые миры» пантомимы. Жесткие, мягкие и «живые» предметы. Законы работы с воображаемыми препятствиями. Воображаемая среда. Воображаемый партнер. «Превращающиеся предметы».

Виды пантомимы: классическая, танцевальная, акробатическая, эксцентрическая.

Жанры классической пантомимы. Аллегорическая пантомима, ее основные свойства. Мимодрама, ее специфика. Клоунада. Сюжетная и бессюжетная пантомима.

Искусство беспредметной пантомимы (Этьен Декру, М. Марсо, Б. Дебюро и др.).

Мимы-«одиночки» (А. Елизаров, Л. Енгибаров, А. Жеромский) и театральная пантомима (Московский театр мимики и жеста, «Лицедеи», Театр В. Полунина).

Техника пантомимы

Аналитический комплекс упражнений в пантомиме.

Классические стилевые упражнения в пантомиме. Техника исполнения классических стилевых упражнений. Опыт выдающихся мимов в создании стилистических упражнений (Э. Декру, М. Марсо, И.Г. Рутберг). Соединение стилевых упражнений в этюде.

Различные техники движения как средства художественной выразительности в создании образа (марионетка, робот, компютерная графика, рапид, мультипликация и др.).

Упражнения на развитие гибкости опорно-двигательного аппарата; контролируемости движений любой части тела, устойчивости внимания, концентрации внимания на работающих и неработающих мышечных группах, комбинированного внимания (одновременно на нескольких объектах); способствующих развитию воображения, наблюдательности, фантазии и идеомоторики.

Осуществление локальных движений по задаваемым заранее траекториям:

- передвижения: «вперед – назад», «вверх – вниз», «кресты», «круги», «квадраты», «треугольники» и т. д.;
- на трех условных плоскостях «пишутся» слова или цифры, или «рисуются» фигуры («солнышко», «ромашка» и т.д.);
- движение от импульсов, задаваемых педагогом: легкие удары, толчки, прикосновения, которые указывают направление движения выбранной части тела;
- более сложные двойные импульсы, а также различные типы движения: равномерное, «с затуханием», «дробленное»;
- движения под «диктовку» представляемого образа (животных, предметов, явлений природы и др.);
- выполнение движения под «диктовку» одновременно с двумя и более воображаемыми объектами (например, стопа движется как «змея», а плечо как «муравей» и т.п.);
- выполнение этюдов, решаемых пластичностью всего тела и состоящих из упражнений типа «человек – предмет», «человек – животное».

Упражнения (работа с «воображаемыми предметами»), направленные на выработку умения точно передавать объем и форму несуществующего предмета;

- вылепите из воображаемого пластилина бусы, нанижите их на нитку; из того же «материала» – цепь, небольшую фигурку человека, животного и т.д.;
- сложите из воображаемой газетной бумаги: «птичку», «конверт», «треуголку», «лодку» и пр.
- различные манипуляции с воображаемой колодой карт;
- переведите стрелки у ручных часов и будильника, заведите и те и другие.
- раскройте перочинный нож, отточите карандаш; откройте: книгу, банку консервов, зонтик и др. предметы;
- выберите из крупы соринки, рассортируйте злаки;
- нарежьте: колбасу, сыр, лимон, кекс; отрежьте: кусок арбуза, ломоть хлеба и пр.;
- намотайте на локоть и кисть руки (не забудьте отвести при этом большой палец) длинную веревку.
- отмотайте с катушки нитку, оторвите ее, вденьте в иглу; заштопайте носок, пришейте пуговицу и пр.

Прodelайте упражнения:

на характер поверхности (предмет твердый, мягкий, шершавый, волнистый, круглый, закругленный); на свойства предметов (предмет колючий, липкий, мокрый, острый); на температурные особенности (предмет горячий, холодный).

Упражнения на развитие мимической выразительности, сознательного управления своей мимикой, тренировка мышц верхней и нижней части лица:

- «шторка» Марсо;
- «мышцы боли»;
- «мышцы угрозы»;
- «мышцы размышления»;
- «мышцы смеха»;
- «мышцы рыдания» и другие.

Упражнения – освоение основных стилистических приемов:

- «шаг на месте»;
- «бег на месте»;
- «лазание по канату»;
- «надломившееся тело»;
- «подъем и спуск по воображаемой лестнице»;
- «облокачивание».

2 год обучения

Сюжетное пластическое представление. Режиссерский замысел пластического номера и его идейно-тематическая направленность. Драматургия номера. Принципы драматургии пластического концертного номера: «сжатость», лаконичность; создание самостоятельного и законченного произведения; мобильность; принцип идентификации.

Различные виды искусства (музыка, живопись, литературные произведения и т.д.) как материал для создания пластического номера. Основные выразительные средства для создания пластического номера.

Создание на драматургической основе (либретто) концертных пластических номеров различных видов и жанров.

«Синхронность и «контрастность» пластического действия при создании дуэтного (группового) пластического номера.

Возникновение идеи – темы пластического представления. Создание сценария. Композиционный и музыкальный план. Работа с музыкальным материалом. Образное видение всего номера, декораций, костюмов и световой партитуры. Логика развития пластического рисунка и распределение его по сценической площадке. Применение законов драматургии в постановке представления (экспозиция, завязка, развитие действия, кульминационный момент, финал) и роль пластических выразительных средств.

Соединение элементов в сценической импровизации. Способность вызывать бессознательную импульсивную реакцию на воображаемую ситуацию и объект, рождение образа продуктивного действия, соответствующего этой реакции, можно назвать непосредственностью актера. Она может быть развита в учебном процессе. Непосредственность стимулирует работу многих элементов психотехники: интуиции, восприятия, воображения. Прием пробуждения непосредственности может быть, по выражению Станиславского, «катализатор в виде неожиданного экспромта, детали, момента подлинной правды, душевного или физического действия. Неожиданность такого момента взволнует вас, и сама природа ринется в бой». Способность актера сознательно управлять своим восприятием или «бессознательным импульсивным», способность контроля импульсивного действия и развития его согласно логике задания можно назвать непосредственностью. Она является важным психологическим механизмом импровизационного самочувствия. Непроизвольность, неожиданность, молниеносность оценок определяют непосредственность существования актера на сцене.

Разминочные упражнения служат созданию игровой радостной атмосферы на занятии, ведут к раскрепощению учащихся и приводят их в рабочее состояние, требуемое в импровизационной работе.

«Пятнашки» (М. Вестин). Обычные пятнашки превращаем в увлекательную разминочную игру. Особенность этих пятнашек в том, что водящий выставляет перед собой вытянутую руку, точно направляет ее на

того, кого хочет запятнать, и только после этого начинает движение. Ему нельзя резко менять направления движения или пятнать без вытянутой вперед руки. Если водящий хочет вас запятнать, у вас есть два способа этого избежать. Первый — уклониться физически, как в обычных пятнашках, и второй — успеть назвать имя любого другого участника упражнения, находящегося на площадке. При этом тот участник, чье имя названо, становится водящим. Если вы не успели назвать имя партнера и были запятнаны, либо назвали неверное имя, то выбываете из игры. Со временем, когда участников игры станет меньше, площадку для усложнения задания можно уменьшить вдвое. После нескольких игр проводится финал: в общую группу собираются все, кто побеждали перед этим.

Ритмы и группы (К. Де Маглио). Две группы стоят друг напротив друга. Каждая группа разучивает свой, данный педагогом ритмический рисунок, который отхлопывает в ладоши. Педагог, хлопнув в ладоши один раз, должен услышать ответ первой группы, хлопнув два раза, — второй группы. Педагог, свободно перемещаясь по комнате, хлопает в ладоши. Ответ группы зависит и от энергии задания. По тому же принципу каждая группа получает свой рисунок для выбивания ногами. Ответ группы в данном случае идет на топанье ногой педагога. Педагогу можно «путать» группы, давая группе первой задание для группы второй. Группам важно услышать задание. Добавляется дополнительное условие, связанное с речью. Одну группу, например, педагог спрашивает: «Вы готовы?». Группа должна ответить: «Да». Второй группе задает вопрос: «Да?». Группа должна ответить: «Мы готовы». Педагог получает полную свободу импровизации заданий (хлопками, ногами, речью), от него зависит очередность и интенсивность заданий, движение по классу. Здесь тренируется многоплоскостное внимание — групповое и индивидуальное, импульсивность, координация движений.

«Имя» (Вестин). Свободно двигаясь по комнате, студенты приветствуют друг друга рукопожатием и четко произносят свое имя. При рукопожатии они меняются именами. В продолжение этого упражнения, встречая нового партнера, участник игры передает свое новое имя и так же получает имя взамен. Получив некоторое время спустя свое имя назад, участник выходит из игры. Для группы упражнение считается законченным, если все вернули себе свои имена и освободили площадку. Здороваться желательно не формально, а глядя в глаза партнеру и фиксируя на нем внимание.

Игра усложняется, если участники, приветствуя друг друга, могут по своему выбору меняться либо именами, либо фамилиями. Для простоты выполнения упражнения сначала рекомендуется следующий прием: в правой руке — имя, в левой — фамилия. И имя, и фамилия должны «уйти» и затем «вернуться назад». Получив назад либо имя, либо фамилию, студент закладывает правую или левую руку за спину. Получив и то, и другое, ученик уходит с площадки. Упражнение считается законченным, если все участники получили назад и имена, и фамилии и покинули площадку. Педагог может по

желанию попросить любого студента вспомнить последовательность встреч и полученных имен и фамилий. Игра усложняется, если задание выполняется в определенный педагогом интервал времени. Предпочтительное количество участников — не меньше восьми-десяти.

Упражнение развивает не только произвольное внимание и тренирует память, но требует динамичного переключения внимания, т. е. способности моментально отказаться от предыдущей информации и непосредственно воспринять новую. Конечно, в этом упражнении развивается также и сенситивность — чувственное восприятие партнера, основанное на моментальном впечатлении.

«Жест и имя» (Де Маглио). Группа участников образует ровный круг. Все участники стоят лицом внутрь круга. Названный педагогом ученик должен шагнуть внутрь круга и медленно, не останавливаясь, обойти всех участников по внутренней части круга и вернуться на свое место. Необходимо при этом связываться взглядом с каждым партнером. Остановиться можно только один раз по своему выбору и, остановившись перед выбранным человеком, войти с ним в телесный контакт с помощью какого-либо жеста (дотронуться, легко толкнуть и т. д.). При этом можно называть имя партнера, либо дать партнеру имя вымышленное. Далее — завершить круг и вернуться на свое место. Следующий рядом стоящий участник (справа или слева — по договоренности) начинает такое же движение по кругу. Он должен точно повторить жест предыдущего участника и имя, которое было названо. В свою очередь, он имеет право на остановку, контакт с другим выбранным партнером. Таким образом, количество повторяемых жестов и имен с каждым следующим участником увеличивается. Повторяется не только жест, но его пластические качества — энергетика, подтекст фразы.

Упражнение имеет продолжение. В центре круга стоит выбранный педагогом участник. Партнеры по очереди подходят к нему, и он должен приветствовать их жестом и именем, полученным в ходе первой части упражнения в круге. Скорость подхода партнеров в центр постепенно увеличивается. Продолжение упражнения связано с движением по классу. Двигаясь свободно, встречая партнера, — обмениваться жестами и именами, полученными в первой части упражнения.

Упражнение «Жест и имя» тренирует целый комплекс качеств, связанных пластикой, — это внимание, пластическая память, сенситивность, общение, координация, реактивность. Упражнение учит бережно обращаться как с жестом, так и со словом, которые окрашены определенным подтекстом. Игра «Детектив» (Вестин). Участники игры встают в плотный круг лицом друг к другу, закрывают глаза и напевают любую мелодию. Преподаватель, тихонько обходя их, дотрагивается до того участника игры, который будет «преступником». Остальные не знают об этом выборе. По знаку преподавателя участники открывают глаза и молча начинают двигаться по классу. «Преступник», встретившись взглядом с любым из участников игры, может «убить» его, моргнув правым глазом. Движение остальных участников

упражнения по классу при этом продолжается. «Отравленный» смертельным ядом падает не сразу, а две-три секунды спустя. Он выбывает из игры. Остальные участники игры должны по ходу движения молча решить задачу, кто же является убийцей. От них требуется высокая степень внимания и наблюдательность.

Но вот кто-то из участников определил, вычислил «преступника». Единственная возможность обезвредить убийцу — это поднять руку, остановить игру и сказать: «Я обвиняю!». Проблема в том, что убийца может быть обезврежен, если обвинителей не менее двух. Если обвинителя никто из остальных участников не поддерживает, то игра продолжается. Если таковые нашлись, они останавливаются и поднимают правую руку со словами: «Обвиняю!». Важное условие: обвинители должны по команде педагога (на счет раз, два, три) одновременно показать на обвиняемого. Если обвинители показывают на разных людей, то оба они считаются убитыми и покидают игру.

В этой игре участники выполняют активную действенную задачу: по определенным реакциям вычислить искомого «преступника». Для этого нужно быть предельно внимательным, безмолвно сговориться с партнерами, уметь угадать их намерения. Такая целенаправленная задача тренирует сообразительность, наблюдательность, активизирует мышление, интуицию, чувство партнера. Игроку, выполняющему функции «преступника», чтобы не быть узнанным, необходимо найти различные маскирующие приспособления поведения.

«Свист». Один из участников упражнения начинает насвистывать мелодию. К нему подсоединяются второй, третий и т. д. Задача — довести свою мелодию до конца, не увеличивая силу звука. В процессе выполнения упражнения постараться запомнить мелодии партнеров. Упражнение развивает произвольное внимание, его цепкость и устойчивость (работа с помехой со стороны партнеров), скорость реакции (динамичность).

«Газетная статья». Сидя на стуле перед группой участников упражнения, читать незнакомую статью из газеты вслух. Остальные участники по очереди задают вопросы разного характера, на которые читающий газету обязан отвечать, и затем продолжать чтение с того же места. После чтения статьи педагог просит пересказать ее содержание и затем вспомнить полученные вопросы и данные на них ответы.

«Боги на Олимпе» (Академия г. Мальмо). Выучить отрывок, написанный в размере гекзаметра (любой, взятый из Гомера). Пять-шесть человек изображают компанию богов, пирующих на Олимпе и ведущих беседу. Герой, любой выбранный студент, обязан, не подходя к богам близко (для этого место для героя должно быть определено), заставить их себя слушать. Нужно гекзаметром вынудить богов обратить на себя внимание, отвлечь их от разговора. Для этого герой должен быть разнообразен в приспособлениях, динамично менять пристройки к партнерам, действовать в конкретных задачах: развлекать, заставить замолчать, испугать, издеваться, рассмешить и т. д. Гекзаметр можно повторять сколько угодно раз. Боги не

должны специально поддаваться герою, но и не должны полностью уходить в свою беседу. Упражнение требует большой энергетической затраты. Оно импровизационно по сути, так как поведение «богов» невозможно предсказать. Полезно выполнять его до победного конца несмотря на сопротивление партнеров.

«Три позы» (Джонстон). В упражнении участвуют три человека. Один стоит, другой сидит, третий стоит. По команде педагога, либо самостоятельно участники меняют позы. При этом измененные позы не должны дублироваться. Важно добиваться полного взаимопонимания и синхронности в переменах поз. Начинать это упражнение можно и вдвоем: сидеть — стоять. Потом версию упражнения можно усложнить, прибавив четвертую позу и четвертого входящего участника. При включении в упражнение четвертого участника кто-либо из трех должен покинуть площадку. На площадке не может быть более трех человек. Все они должны находиться в разных позах.

Методическое обеспечение Программы

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 костно-мышечной системы тесно связано с индивидуальностью учащихся. И педагог должен иметь индивидуальный подход к каждому учащемуся.

В отличие от спорта здесь нет задачи достижения тех или иных результатов. 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 учащегося. 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 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 соблюдении надежной страховки, создание верного психологического настроя у учащихся.

Учащиеся, только поступившие в учебное заведение, 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 учащимися, 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 учащихся. Помимо умения точно выполнять заданный педагогом пластический рисунок, учащиеся 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 учащихся, 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 учащимися 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 на конкретном драматургическом материале.

Материально-техническое обеспечение Программы

Основное оборудование:

1. Классная комната.
2. Помещение для переодевания с гардеробными шкафами.
3. Маты гимнастические и акробатические.
4. Гимнастический трамплин.
5. Звуковоспроизводящая аппаратура.
6. Театральный реквизит.
7. Театральные костюмы.
8. Аппаратура для аудиозаписи и видео съёмки.
9. Компьютер.

Основное оснащение:

1. Видеозаписи спектаклей и пластических постановок.
2. Аудиозаписи.
3. Мячи маленькие (теннисные, резиновые, матерчатые);
4. Палки гимнастические деревянные (длина 1 метр, 1,5 метра, диаметр 2,5см.);
5. Трости;
6. Скакалки гимнастические (длина 2 метра);

Список используемой литературы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) "Об образовании в Российской Федерации" (29 декабря 2012 г.).
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2003 №27 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.4.1251-03».
3. Голубовский Б. «Пластика в искусстве актера». М., 2006.
4. Карпов Н.В. «Уроки сценического движения». М., 2009.
5. Кох И.Э. «Основы сценического движения». Л., 2010.
6. Морозова Г.В. «Пластическое воспитание актера». М., 2008.
7. Закиров А.З. «Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы». Методическое пособие. М., РАТИ - ВГИК, 2009.
8. Вербицкая А.В. «Основы сценического движения» в 2-х ч. Ч 1. М., 1982, Ч.2.. М., 2011.
9. Гринер В.А. «Ритм в искусстве актера». М., Просвещение, 2006.
10. Збруева Н. «Ритмическое воспитание актера». М., 2013.
11. Морозова Г.В. «Сценический бой». М., 2005.
12. Морозова Г.В. «Пластическая культура актера: Словарь терминов». М., 2009.
13. Немировский А.Б. «Пластическая выразительность актера». М., 2010.
14. «Основы сценического движения». Пособие под редакцией Коха И.Э. М., 2013.

Интернет-ресурсы:

<http://pedsovet.org/>

<http://www.openclass.ru>