

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ярошенко Николай Николаевич  
Должность: проректор по учебно-методической деятельности  
Дата подписания: 23.07.2026 11:04:11  
Уникальный программный ключ:  
25cc77c6d2a242799b1569189212ec549db4bb3f

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

Московский государственный институт культуры

**УТВЕРЖДЕНО:**  
**Председатель УМС**  
**Театрально-режиссерского**  
**факультета**  
**Королев В.В.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ**

**Направление специальности 52.05.01 Актерское искусство**

**Специализация** Артист драматического театра и кино

**Квалификация (степень) выпускника** специалист

**Форма обучения** очная, заочная

*(РПД адаптирована для лиц  
с ограниченными возможностями  
здоровья и инвалидов)*

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель:** развитие и совершенствование природных анатомо-физиологических способностей, обучающихся для достижения наибольшей телесной выразительности.

**Задачи:** раскрепощение и снятие телесных зажимов, противодействующих успешному развитию формы; создание условий и предпосылок для успешного самостоятельного освоения физических характеристик движения собственного тела, которые должны стать в перспективе *выразительным средством* образа, транслируемого наблюдателям или зрителям; воспитание и развитие пластической культуры, необходимой для успешного продвижения и представления человека-образа на сцене или в условиях публичной деятельности; выработка обострённого внимания к партнёру и совершенствование ориентации в пространстве.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Сценическое движение» входит в состав Блока 1 «Дисциплины» и относится к обязательной части ОПОП по специальности 52.05.01 Актерское искусство, специализация Артист драматического театра и кино. Дисциплина «Сценическое движение» изучается с 1-го по 5-й семестры включительно для очной и заочной форм обучения. Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, должны быть сформированы до поступления в ВУЗ и проверяются на вступительных испытаниях. В результате освоения дисциплины формируются знания, умения и навыки, необходимые для изучения следующих дисциплин и прохождения практик: «Специфика работы актера в кино и на телевидении (работа актера перед камерой)»; «Сценический бой без оружия»; «Сценическое фехтование»; для прохождения учебной и преддипломной практик. Взаимосвязь курса с другими дисциплинами ООП способствует планомерному формированию необходимых компетенций и углубленной подготовке студентов к решению специальных практических профессиональных задач.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данной специальности 52.05.01 Актерское искусство; специализация Артист драматического театра и кино.

### *Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине*

| Компетенция (код и наименование)                                                                                                               | Индикаторы компетенций                                                                                                                    | Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | УК-7.1 - Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, | <b>Знать:</b><br>принципы здоровьесбережения;<br>роль физической культуры и спорта в развитии личности и готовности к профессиональной деятельности;<br>способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;<br><b>Уметь:</b> |

|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                 | <p>соблюдает нормы здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.2 - Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> <p>УК-7.3 - Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности</p> | <p>поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p> <p><b>Владеть:</b> навыками физического самосовершенствования и самовоспитания</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>ПК4. Владеет сценической пластикой, способен использовать свой развитый телесный аппарат при создании и исполнении роли.</p> | <p>ПК-4.1. Использует в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности</p> <p>ПК-4.2. Выполняет базовые элементы индивидуальной и парной акробатики, сценического боя и фехтования</p>                                                                                                                                                                   | <p><b>Знать:</b> роль, значение и функции пластической выразительности в процессе создания спектакля, выразительные средства; принципы интерпретации пластического текста, пластического построения произведений; основные элементы языка сценического движения, психотехники актера; основы индивидуальной и парной акробатики; технику сценического боя без оружия и с оружием, манеры и этикет основных культурно-исторических эпох</p> <p><b>Уметь:</b> использовать при подготовке и исполнении ролей свой развитый телесный аппарат, легко выполнять двигательные задачи, требующие сочетания высокого уровня координации движений, пластичности, гибкости, выразительности, силы, чувства равновесия, включая базовые элементы индивидуальной и парной акробатики, сценического боя с оружием и без оружия, манеры и этикет основных культурно-исторических эпох</p> |

|                                                                                          |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                          |                                                                                                               | <b>Владеть</b> (навыками и/или опытом деятельности): навыками использования при подготовке и исполнении ролей своего развитого телесного аппарата; навыками выполнения двигательных задач, требующих сочетания высокого уровня координации движений, пластичности, гибкости, выразительности, силы, чувства равновесия, включая базовые элементы индивидуальной и парной акробатики, сценического боя без оружия и с оружием, манеры и этикет основных культурно-исторических эпох |
| ПК10.Способен работать в творческом коллективе в рамках единого художественного замысла. | ПК-10.1. Работает над ролью в сотрудничестве с режиссером, в тесном партнерстве с другими исполнителями ролей | <b>Знать:</b> основы этики работы в творческом коллективе.<br><b>Уметь:</b> четко обозначить и осмыслить поставленные перед ним задачи, подчинить свои творческие амбиции единому общему художественному замыслу в спектакле, кино-, телефильме, эстрадном представлении.<br><b>Владеть:</b> навыками непрерывного, целенаправленного, продуктивного взаимодействия с партнером по сцене и творческим коллективом в целом.                                                         |

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1 Объем дисциплины

Объем (общая трудоемкость) дисциплины «Сценическое движение» составляет 14 з.е., 504 акад. часа, из них по очной форме обучения контактных 286 акад.ч. СРС 101 акад.ч. По заочной форме обучения контактных 54 акад.ч, и СРС 419 акад.ч.; формы контроля зачет, экзамен.

##### 4.2. Структура дисциплины для очной формы обучения.

| № | Раздел<br>Дисциплины     | Семестр | Виды учебной работы,<br>включая самостоятельную<br>работу студентов и<br>трудоемкость в часах |             |    |         |                  | Формы текущего<br>контроля<br>успеваемости<br>(по неделям<br>семестра)<br>Форма<br>промежуточной<br>аттестации (по<br>семестрам) |
|---|--------------------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----|---------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                          |         | Все<br>го                                                                                     | М<br>Г<br>З | ПГ | СР<br>О | Кон<br>тро<br>ль |                                                                                                                                  |
| 1 | Подготовительный тренинг |         |                                                                                               |             | 6  |         |                  | Входной контроль: практическое задание                                                                                           |
| 2 | Развивающий тренинг      |         |                                                                                               |             | 6  | 2       |                  | Текущий контроль практическое задание                                                                                            |

|                   |                                                                                                                                 |   |     |  |    |    |    |                                                         |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----|--|----|----|----|---------------------------------------------------------|
| 3                 | Пластический тренинг                                                                                                            | 1 |     |  | 8  |    |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 4                 | Специальный тренинг                                                                                                             |   |     |  | 6  |    |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 5                 | Комплекс специальных упражнений                                                                                                 |   |     |  | 6  | 2  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 6                 | Элементы акробатики. Индивидуальные упражнения                                                                                  |   |     |  | 6  |    |    | Межсессионный (рубежный) контроль: практическое задание |
| 7                 | Освоение основных элементов индивидуальной акробатики                                                                           |   |     |  | 6  |    |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 8                 | Парные упражнения Поддержки. Седы. Стойки. Входы на плечи.                                                                      |   |     |  | 6  |    |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| Итого по семестру |                                                                                                                                 |   | 108 |  | 50 | 4  | 54 | ЭКЗАМЕН                                                 |
| 9                 | Элементы эксцентрической акробатики. Акробатические комбинации и фразы                                                          | 2 |     |  | 7  | 4  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 10                | Этюды с использованием элементов акробатики.                                                                                    |   |     |  | 7  | 4  |    | Входной контроль практическое задание                   |
| 11                | Сценические падения: развитие способности управлять инерцией движения, контролировать процесс движения, после потери равновесия |   |     |  | 7  | 4  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 12                | Пассивные падения: подготовительные упражнения к пассивным падениям                                                             |   |     |  | 7  | 4  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 13                | Падения из положения, сидя, стоя на коленях,                                                                                    |   |     |  | 7  | 4  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 14                | Пассивные падения из положения стоя в различных направлениях.                                                                   |   |     |  | 7  | 6  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| 15                | Активные падения: подготовительные упражнения к активным падениям                                                               |   |     |  | 8  | 5  |    | Текущий контроль практическое задание                   |
| Итого по семестру |                                                                                                                                 |   | 108 |  | 50 | 31 | 27 | ЭКЗАМЕН                                                 |
| 16                | Приёмы самостраховки, активные падения в различных направлениях                                                                 | 3 |     |  | 8  | 4  |    | Межсессионный (рубежный) контроль                       |
| 17                | Взаимодействие с партнером                                                                                                      |   |     |  | 10 | 3  |    | Текущий контроль практическое                           |

|                   |                                                                             |    |    |    |   |                                       |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----|----|----|---|---------------------------------------|
|                   |                                                                             |    |    |    |   | задание                               |
| 1<br>8            | Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации                   |    |    | 10 | 3 | Итоговый рейтинг                      |
| 1<br>9            | Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров                 |    |    | 10 | 3 | Входной контроль практическое задание |
| 2<br>0            | Взаимодействие в группе: Упражнения на групповые перемещения по площадке    |    |    | 10 | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| 2<br>1            | Игры и Групповые импровизации                                               |    |    | 10 | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| 2<br>2            | Взаимодействие с предметом; метание                                         |    |    | 10 | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| Итого по семестру |                                                                             | 90 | 68 | 22 |   | зачет                                 |
| 2<br>3            | Элементы жонглирования                                                      | 4  |    | 8  | 4 | Текущий контроль практическое задание |
| 2<br>4            | Упражнение на координацию движений и на точном учёте пространства и времени |    |    | 10 | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| 2<br>5            | Упражнение на балансировку                                                  |    |    | 10 | 3 | Межсессионный (рубежный) контроль     |
| 2<br>6            | Работа с реквизитом                                                         |    |    | 10 | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| 2<br>7            | Игры и игровые этюды с предметами и элементами предметной среды.            |    |    | 10 | 3 | Итоговый рейтинг                      |
| 2<br>8            | Специальные сценические навыки                                              |    |    | 10 | 3 | Входной контроль практическое задание |
| 2<br>9            | Различные способы передвижения и преодоления препятствий                    |    |    | 10 | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| Итого по семестру |                                                                             | 90 | 68 | 22 |   |                                       |
| 3<br>0            | Переноска партнёра                                                          | 5  |    | 7  | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| 3<br>1            | Трюковые падения                                                            |    |    | 7  | 4 | Текущий контроль практическое задание |
| 3<br>2            | Взаимодействие с пространством                                              |    |    | 7  | 3 | Текущий контроль практическое задание |
| 3<br>3            | Работа над пластикой в этюде                                                |    |    | 7  | 3 | Текущий контроль                      |

|        |                                          |  |            |   |            |            |                                       |
|--------|------------------------------------------|--|------------|---|------------|------------|---------------------------------------|
|        |                                          |  |            |   |            |            | практическое задание                  |
| 3<br>4 | Речедвигательная координация             |  |            | 7 | 3          |            | Межсессионный (рубежный) контроль     |
| 3<br>5 | Специальный стилево-пластический тренинг |  |            | 7 | 3          |            | Текущий контроль практическое задание |
| 3<br>6 | Работа над пластикой в ходе репетиций    |  |            | 8 | 3          |            | Текущий контроль практическое задание |
|        | <b>Экзамен /контроль</b>                 |  |            |   |            | <b>36</b>  | Промежуточная аттестация экзамен      |
|        | <b>Итого по семестру</b>                 |  | <b>108</b> |   | <b>50</b>  | <b>22</b>  | <b>36</b>                             |
|        | <b>ИТОГО ПО КУРСУ</b>                    |  | <b>504</b> |   | <b>286</b> | <b>101</b> | <b>117</b>                            |

#### 4.2.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения.

| № | Раздел Дисциплины                                                                                                               | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость в часах |     |          |           |             | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|-----------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                 |         | Все го                                                                               | М Г | ПГ       | СРС       | Ко нт ро ль |                                                                                                          |
| 1 | Подготовительный тренинг и Развивающий тренинг                                                                                  | 1       |                                                                                      |     | 1        | 14        |             |                                                                                                          |
| 2 | Пластический тренинг Специальный тренинг                                                                                        |         |                                                                                      |     | 1        | 14        |             |                                                                                                          |
| 3 | Элементы акробатики. Индивидуальные упражнения                                                                                  |         |                                                                                      |     | 2        | 15        |             |                                                                                                          |
| 4 | Парные упражнения. Поддержки. Седы. Стойки. Входы на плечи.                                                                     |         |                                                                                      |     | 2        | 15        |             |                                                                                                          |
| 5 | Элементы эксцентрической акробатики. Акробатические комбинации и фразы                                                          |         |                                                                                      |     | 2        | 15        |             |                                                                                                          |
|   | <b>Итого по семестру</b>                                                                                                        |         | <b>90</b>                                                                            |     | <b>8</b> | <b>73</b> | <b>9</b>    | <b>ЭКЗАМЕН</b>                                                                                           |
| 6 | Сценические падения :развитие способности управлять инерцией движения, контролировать процесс движения, после потери равновесия | 2       |                                                                                      |     | 4        | 36        |             |                                                                                                          |

|    |                                                                             |   |            |           |            |           |                |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|---|------------|-----------|------------|-----------|----------------|
| 7  | Падения из положения, сидя, стоя на коленях, в различных направлениях       |   |            | 4         | 37         |           |                |
|    | <b>Итого по семестру</b>                                                    |   | <b>90</b>  | <b>8</b>  | <b>73</b>  | <b>9</b>  | <b>экзамен</b> |
| 8  | Подготовительные упражнения к пассивным падениям                            | 3 |            | 4         | 24         |           |                |
| 9  | Взаимодействие с партнером                                                  |   |            | 5         | 24         |           |                |
| 10 | Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации                   |   |            | 5         | 24         |           |                |
|    | Промежуточная аттестация                                                    |   |            |           |            |           |                |
|    | <b>Итого по семестру</b>                                                    |   | <b>90</b>  | <b>14</b> | <b>72</b>  | <b>4</b>  | <b>зачет</b>   |
| 11 | Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров                 | 4 |            | 4         | 31         |           |                |
| 12 | Взаимодействие в группе: Упражнения на групповые перемещения по площадке    |   |            | 5         | 31         |           |                |
| 13 | Взаимодействие с предметом; метание, Элементы жонглирования                 |   |            | 5         | 32         |           |                |
|    | <b>Итого по семестру</b>                                                    |   | <b>108</b> | <b>14</b> | <b>94</b>  |           |                |
| 14 | Упражнение на координацию движений и на точном учёте пространства и времени | 5 |            | 1         | 15         |           |                |
| 15 | Упражнение на балансировку                                                  |   |            | 1         | 15         |           |                |
| 16 | Различные способы передвижения и преодоления препятствий                    |   |            | 1         | 15         |           |                |
| 17 | Переноска партнёра                                                          |   |            | 2         | 15         |           |                |
| 18 | Трюковые падения                                                            |   |            | 2         | 15         |           |                |
| 19 | Взаимодействие с пространством                                              |   |            | 2         | 16         |           |                |
| 20 | Рече-двигательная координация                                               |   |            | 1         | 16         |           |                |
|    | Промежуточная аттестация                                                    |   |            |           |            | 9         | Экзамен        |
|    | <b>Итого по семестру</b>                                                    |   | <b>126</b> | <b>10</b> | <b>107</b> | <b>9</b>  |                |
|    | <b>ИТОГО ПО КУРСУ</b>                                                       |   | <b>504</b> | <b>54</b> | <b>419</b> | <b>31</b> |                |

#### 4.3. Содержание разделов дисциплины

##### 1 СЕМЕСТР

##### 1/І: Тема 1. Подготовительный тренинг

##### Входной контроль умений и навыков по дисциплине;

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

Задание: исполнить упражнение

##### УПРАЖНЕНИЕ 1

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Руки прямые, вытянуты вверх. Пальцы вместе.

Действия. Стоя на двух ногах, выполняем вращения кистями. Затем переносим тяжесть на правую ногу и вращаем стопой левой ноги, продолжая движения кистями. Меняем опорную ногу и направление вращения. Возвращаемся в исходную позицию продолжая вращения кистями.

*Оценка.* Держать равновесие. Сохранять точное круговое движение кончиками пальцев рук и кончиками пальцев поднятой ноги. Переносить вес тела с ноги на ногу мягко, без рывков. Не нарушать равномерного движения кистями. Сохранять максимальную амплитуду движения. Пробовать разные скорости движения. Менять позицию, не прерывать вращательных движений кистями.

## **УПРАЖНЕНИЕ 2**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Руки в стороны. Пальцы собраны в мягкий кулак.

Действия. Стоя в исходной позиции, выполняем вращения руками от локтей. Переносим вес тела на правую ногу. Поднимаем левую ногу так, чтобы бедро было параллельно полу. Выполняем вращения левой ногой от колена. Меняем опорную ногу и направление вращения. Возвращаемся в исходную позицию, продолжая вращения руками от локтей.

*Оценка.* Держать равновесие. Контролировать точное круговое движение ногой от колена и руками от локтей. Переносить вес тела с ноги на ногу мягко, без рывков. Сохранять максимальную амплитуду движения. Пробовать разные скорости движения. Менять позицию, не прерывать вращательных движений руками от локтей.

Примечание. Следить за тем, чтобы стопа поднятой ноги не была напряжена во время вращательного движения от колена.

## **УПРАЖНЕНИЕ 3**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно.

Действия. Выполняем вращение плечами назад. Переносим тяжесть на правую ногу. Вращение Тазом. Меняем опорную ногу и направление движения. Заканчиваем упражнение, выполняя вращение плечами и тазом с максимальной амплитудой и скоростью, стоя на двух ногах.

*Оценка.* Держать равновесие. Контролировать точность круговых движений. Переносить вес тела с ноги на ногу мягко, без рывков. Не нарушать равномерности движения. Сохранять максимальную амплитуду, пробовать разные скорости движения.

Примечание. Следить за точностью кругового движения. Не терять точности локального движения тазом. Не подключать к этому движению другие части тела.

## **УПРАЖНЕНИЕ 4**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Правая рука вытянута вверх, левая в сторону. Пальцы собраны в мягкий кулак.

Действия. Вращение прямой правой рукой вперед. Вращение левой рукой от локтя внутрь. Переносим тяжесть на правую ногу, левую ногу поднимаем. Вращение корпусом вправо. Переносим тяжесть на левую ногу, меняем позиции рук и направление движения корпусом и руками.

*Оценка.* Те же, что в упражнении 3.

Примечание. Изменять направление вращательных движений именно в момент перехода с одной ноги на другую.

## **УПРАЖНЕНИЕ 5**

Исходная позиция. Правая нога впереди, левая сзади, на одной линии. Пальцы левой ноги касаются пятки правой. Руки вытянуты вверх. Пальцы рук соединены в "замок".

Действия. Потянуться руками и корпусом вперед. Вернуться в исходную позицию. Прогнуться-потянуться руками и корпусом назад. Вернуться в исходную позицию. Наклониться- потянуться руками и корпусом вправо. Вернуться в исходную позицию. Наклониться-потянуться руками и корпусом влево. Вернуться в исходную позицию. Сделать корпусом полный круг вправо. Повторить потягивания в четырех направлениях - вперед, назад, вправо, влево. Сделать корпусом полный круг влево. Выполнить упражнение, стоя на одной и другой ноге.

*Оценка.* Держать равновесие. Менять позицию очень мягко сохраняя непрерывность движения. Главным должно быть ощущение непрерывного потягивания, даже при выполнении вращения корпусом.

#### **Текущий контроль по темам:**

##### **Тема 1. Подготовительный тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель - создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; создать базу для других дисциплин движеческого цикла; снабдить актера программой, методикой и комплексами упражнений для постоянной работы над собой.

*Задание:* представить комплекс упражнений Подготовительного тренинга по подготовке костно-мышечного аппарата студента к активной работе на уроке (7-8 упражнений).

*Критерии оценивания:* 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

##### **Тема 2. Развивающий тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоническое состояние костно-мышечного аппарата студента. Вычленение индивидуальных проблем каждого студента, исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врождённых и приобретённых, смягчение или прикрытие тех из них, которые не могут быть устранены.

*Задание:* представить комплекс упражнений Развивающего тренинга (до 8 упражнений) на:

-Гибкость - повышение подвижности отдельных частей тела и общей гибкости.

-Сила - укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног.

- Скоростная подготовка - совершенствование скоростных возможностей тела, повышение чувства времени, освоение понятий темпа и ритма. Повышение реактивных возможностей. Расширение диапазона скоростей.

- Координация движений - повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков.

-Равновесие - повышение чувства равновесия (тренировка вестибулярного анализатора). Повышение устойчивости тела (оперирование центром тяжести).

-Дыхание - координация дыхания с простейшими движениями. Повышение устойчивости дыхания при физических нагрузках.

#### ***Критерии оценивания:***

1.Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех

необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

### **Тема 3. Пластический тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение и акробатика”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель - создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; Пластический тренинг - развитие внутреннего ощущения движения.

**Задание:** представить комплекс упражнений Пластического тренинга по развитию внутреннего ощущения движения (7-8 упражнений) на:

-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.

-Выработка контроля за мышечными напряжениями.

-Развитие выразительности, ощущения формы, жеста, пространства, ловкости.

**Критерии оценивания:** 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

### **Тема 4. Специальный тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение и акробатика”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель –приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач.

**Задание:** представить комплекс упражнений Специального тренинга - интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач (7-8 упражнений):

на развитие чувствительности вестибулярного аппарата, обострение чувства равновесия и устойчивости тела, развитие чувства инерции движения, чувства партнера.

**Критерии оценивания:** 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

### **Тема 5. Комплекс специальных упражнений**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель - создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; создать базу для других дисциплин двигательного цикла; снабдить актера программой, методикой и комплексами упражнений для постоянной работы над собой.

**Задание:** представить комплекс специальных упражнений для постоянной работы над собой (7-8 упражнений):

- баланс

- координацию
- скорость/инерцию
- напряжение/расслабление
- построение движения

Критерии оценивания: 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

#### **Тема 6. Элементы акробатики. Индивидуальные упражнения**

Задачи: расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Задание:** представить комплекс индивидуальных упражнений по подготовке к акробатике (7-8 упражнений):

- упражнения для подготовки к прыжкам,
- упражнения для подготовки к балансированию,
- упражнения для подготовки к бросковым упражнениям.

**Критерии оценивания:** 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

#### **Тема 7. Освоение основных элементов индивидуальной акробатики**

Задачи: расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Задание:** представить комплекс упражнений (7-8 упражнений): Упражнения в балансировании. Шпагаты. Мосты. Упоры. Стойки. Перекаты. Кувырки. Перекидки. Перевороты колесом.

**Критерии оценивания:** 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

#### **Тема 8. Парные упражнения.**

Задачи: расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Задание:** представить комплекс упражнений (7-8 упражнений):

Поддержки. Седы. Стойки. Входы на плечи. Элементы эксцентрической акробатики. Акробатические комбинации и фразы. Этюды с использованием элементов акробатики.

**Критерии оценивания:** 1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

## **Тема 9. Элементы эксцентрической акробатики. Акробатические комбинации и фразы**

Задачи: расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

Критерии оценивания:

Задание: представить комплекс упражнений (7-8 упражнений):

- На элементы эксцентрической акробатики;

- На акробатические комбинации и фразы

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно: Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя-

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг

### **Межсессионный (рубежный) контроль:**

Задание: представить комплекс упражнений (7-8 упражнений) по пройденным темам:

-Подготовительный тренинг

-Развивающий тренинг

-Пластический тренинг

-Специальный тренинг

-Комплекс специальных упражнений

- Элементы акробатики. Индивидуальные упражнения

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой тематике. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно: Знает особенности подготовительного тренинга, развивающего тренинга, пластического тренинга, специального тренинга, комплекс специальных упражнений для саморазвития, элементы акробатики.

### **НАЧИСЛЕНИЕ БАЛЛОВ**

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности. - 3 балла

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий- 5 баллов

3. Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг - 2 балла

## 2 СЕМЕСТР

### 1-2/II. Тема 10. Этюды с использованием элементов акробатики.

**Входной контроль** освоения учебных материалов на полугрупповых, мелкогрупповых аудиторных занятиях, самостоятельной работы обучающихся 1 семестра:

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

Задание: исполнить упражнение:

#### УПРАЖНЕНИЕ 1

Исходная позиция. Баланс на правой ноге.

Действия. Левой ногой потянуться назад, корпус наклонить вперед, правой рукой потянуться вперед. Сменить опорную ногу и повторить упражнение. Сменить опорную ногу. Наклоняя корпус вправо, потянуться левой ногой влево, правой рукой вправо. Сменить опорную ногу. Наклонить корпус влево, потянуться правой ногой вправо, левой рукой влево.

Оценка. Держать баланс. Стремиться к тому, чтобы корпус, рука и свободная нога составляли прямую линию, параллельную полу.

Примечание. Переход с ноги на ногу осуществлять мягко и непрерывно. Ощущать кончики пальцев рук и ног.

#### УПРАЖНЕНИЕ 2

Исходная позиция. Правая нога впереди, левая сзади, на одной линии, на расстоянии двух шагов. Ноги согнуты в коленях. Пятки оторваны от пола. Руки вытянуты в стороны, ладони вниз, прямые пальцы вместе.

Действия. Наклон вправо: левой рукой потянуться вверх, правой вниз, постараться дотронуться до пола. Вернуться в исходную позицию. Наклон влево: правой рукой потянуться вверх, левой вниз, постараться дотронуться до пола. Вернуться в исходную позицию. Развернуть корпус вправо, одновременно активно вытягивая руки в стороны. Зафиксировать позицию. Вернуться в исходную позицию. Развернуть корпус влево, руки в стороны. Повторить четыре этапа упражнения как одну фразу.

Оценка. Не терять ощущения постоянного потягивания в руках и корпусе при наклонах и скручивании. Контролировать свободное дыхание.

#### УПРАЖНЕНИЕ 3

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Руки вытянуты вверх, ладонями внутрь. Левая нога поднята, согнута в колене.

Действия. Наклон корпусом вперед вниз; руками потянуться вперед вниз. Вернуться в исходную позицию. Сменить опорную ногу и повторить наклон. Сменить опорную ногу. Руки в стороны. Наклон корпусом вправо; правой рукой потянуться к полу. Вернуться в исходную позицию. Сменить опорную ногу. Наклон корпусом влево; левой рукой потянуться к полу. Вернуться в исходную позицию. Опустить руки вниз, отвести их назад. Прогнуться-наклониться назад, потянувшись руками к полу. Вернуться в исходную позицию. Сменить опорную ногу, повторить упражнение.

Оценка. Держать баланс. Стремиться достать руками пола. Переходить из одной позиции в другую мягко, без рывков. Сохранять ощущение потягивания.

#### УПРАЖНЕНИЕ 4

Исходная позиция. Правая нога впереди, левая сзади, на одной линии на расстоянии двух

шагов. Баланс на полу пальцах.

Действия. По сигналу - прыжок с поворотом на 180°. По сигналу - два прыжка: с поворотом на 180° и обратно.

Оценка. Сохранять точность исходной позиции, располагая ноги строго на одной линии. Добиваться мягкости прыжка. Держать баланс.

#### УПРАЖНЕНИЕ 5

Исходная позиция. Баланс на одной ноге.

Действия. По сигналу - прыжок с поворотом на 180°, затем по сигналу - два прыжка: с поворотом на 180° и обратно.

Оценка. Сохранять точность исходной позиции. Добиваться Мягкости прыжка. Держать баланс.

#### УПРАЖНЕНИЕ 6

Часть первая. Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога поднята и вытянута вперед. Корпус отклонен назад. Руки вытянуты вперед ладонями внутрь.

Действия. По сигналу - прыжок, смена опорной ноги.

Часть вторая. Исходная позиция. Баланс на правой ноге, левая нога поднята и вытянута назад. Руки вытянуты назад. Корпус наклонен вперед.

Действия. По сигналу - прыжок, смена опорной ноги, Задачи. Держать баланс. Добиваться мягкости прыжка. Контролировать положение корпуса и рук.

Оценка. Сохранять точность исходной позиции. Добиваться Мягкости прыжка. Держать баланс.

#### УПРАЖНЕНИЕ 7

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Руки опущены вдоль тела.

Действия. Перенести тяжесть на правую ногу, оторвать от пола пятку левой ноги. Правой рукой потянуться вверх. Сделав правой рукой энергичное круговое движение вперед, вернуться в исходную позицию. Сделав второй круг рукой, резко присесть, сгруппироваться и через исходную позицию сменить ногу и руку. Повторить круговое движение левой рукой. Присесть, сгруппироваться. Из группировки - прыжок с поворотом на 180°. Повторить упражнение в другом направлении.

Оценка. Сохранять равновесие. Переходя с одной ноги на другую, при потягивании не терять ощущения пальцев "нижней" руки. Добиваться мягкости прыжка. Фиксировать ощущение диагонали "рука - нога".

#### Текущий контроль по темам:

#### Тема 10. Этюды с использованием элементов акробатики.

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 актера.

**Задание:** представить этюды (1этюд) с использованием элементов акробатики (3-5минут)

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической

выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

**Тема 11. Сценические падения: развитие способности управлять инерцией движения, контролировать процесс движения, после потери равновесия**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на сценические падения:

- развитие способности управлять инерцией движения,

- контролировать процесс движения,

после потери равновесия

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

**Тема 12. Пассивные падения: подготовительные упражнения к пассивным падениям**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на пассивные падения

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

**Тема 13. Падения из положения, сидя, стоя на коленях**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения из положения, сидя, стоя на коленях

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

#### **Тема 14. Пассивные падения из положения стоя в различных направлениях.**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения стоя в различных направлениях

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

#### **Тема 15. Активные падения: подготовительные упражнения к активным падениям**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на подготовительные упражнения к активным падениям

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

## **Тема 16. Приёмы самостраховки, активные падения в различные направления**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на Приёмы самостраховки, активные падения в различные направления

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

Шкала оценивания: 0-4 баллов

## **Тема 17. Взаимодействие с партнером**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения во взаимодействии с партнером

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

## **Тема 18. Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно:

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

### **Межсессионный (рубежный) контроль:**

Задание: представить комплекс упражнений (7-8 упражнений) по пройденным темам:

-Сценические падения: развитие способности управлять инерцией движения контролировать процесс движения, после потери равновесия

-Пассивные падения: подготовительные упражнения к пассивным падениям

-Падения из положения, сидя, стоя на коленях,

-Пассивные падения из положения стоя в различных направлениях.

-Активные падения: подготовительные упражнения к активным падениям

-Приёмы самостраховки, активные падения в различные направления

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно: сценические падения: пассивные падения, активные падения, приёмы самостраховки.

## **3 СЕМЕСТР**

### **1-2/III Тема 19. Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров**

**Входной контроль** освоения учебных материалов на полугрупповых, мелкогрупповых аудиторных занятиях, самостоятельной работы обучающихся за 2 семестр:

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

Задание: исполнить упражнение:

#### **УПРАЖНЕНИЕ 1**

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога согнута в колене и поднята. Левая рука - прямая, отведена в сторону. Правая рука поднята.

Действия. Круговое движение тазом вправо, левым предплечьем вправо, правым плечом назад. Прыжком - смена опорной ноги и позиции рук. Круговое движение тазом влево правым предплечьем влево, левым плечом назад.

#### **УПРАЖНЕНИЕ 2**

Исходная позиция. Ноги прямые, на ширине плеч, ступни - параллельно. Руки - в стороны. Баланс на пятках.

Действия. Потянуться, перемещая таз вправо, влево. Потянуться - наклониться корпусом вперед. Вращения тазом вправо-влево.

### УПРАЖНЕНИЕ 3

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога прямая, вытянута вперед. Правая опорная нога немного согнута в колене. Руки - прямые, ладонями внутрь; пальцы вместе. Действия. Потянуться поднятой левой ногой вперед-вверх, руками и корпусом вперед, к пальцам поднятой ноги. Мягко поменять опорную ногу и повторить упражнение.

### УПРАЖНЕНИЕ 4

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога - прямая, вытянута вперед. Правая опорная нога немного согнута в колене. Руки - прямые, ладонями внутрь; пальцы вместе. Действия. Потянуться вперед-вверх поднятой левой ногой, правой рукой и корпусом, к пальцам поднятой ноги; левой рукой потянуться назад. Мягко поменять опорную ногу, позицию рук и повторить упражнение.

### УПРАЖНЕНИЕ 5.

Исходная позиция. Баланс на полупальцах опорной ноги.

Действия. По сигналу - прыжок и приземление в ту же точку на другую опорную ногу и фиксация позиции всего тела в балансе на полупальцах опорной ноги.

### УПРАЖНЕНИЕ 6.

Исходная позиция. Два партнера стоят лицом друг к другу на расстоянии большого шага. Ступни каждого - на одной линии на расстоянии шага одна от другой.

Задача и действия. Вывести партнера из равновесия, чтобы, освободив себе путь, продолжить путь через пропасть по воображаемому бревну.

Примечание. Важно "обыграть" партнера деликатно, сделав это за счет ловкости, а не силы.

### УПРАЖНЕНИЕ 7.

Действия и задачи. Держась за руки, партнерам необходимо перебраться через "горную реку", прыгая с "камня" на "камень". Прыгать можно одновременно и поочередно. Фиксировать позицию после прыжка.

### УПРАЖНЕНИЕ 8.

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч, баланс на полу пальцах., Одна рука поднята, за нею тянется все тело-"веревка". Представим, что "веревку" держат за верхний конец и активно тянут вверх. Поэтому постоянное ощущение натянутой веревки сохраняется в теле до условного сигнала, по которому "веревку" начинают медленно и равномерно опускать на пол.

Задача и действия. Необходимо уложить свое тело, сохраняя последовательность движений, так, чтобы последней "укладывалась" на пол кисть поднятой руки - верхний конец воображаемой веревки, за который ее вновь поднимают и вытягивают. Выполнить упражнение в 3-4-х разных темпах, например, на счет 8, 4, 2, 1.

Примечание. Увеличение скорости не должно лишать движение мягкости, и, самое главное, логики. Движение как вниз, так и вверх должно быть удобно, оптимально по затрате энергии, а это значит, что, независимо от скорости, мы должны сознательно управлять процессом движения, выполняя действие на "тормозе".

### **Текущий контроль по темам:**

#### **Тема 19. Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров**

Задачи: научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на согласование движений партнёров:

-Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров;

- Упражнения на доверие, при которых глаза одного из партнёров закрыты;
- Игры, в которых имеет место активное единоборство, столкновение сторон.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

## **Тема 20. Взаимодействие в группе: Упражнения на групповые перемещения по площадке**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на согласование движений партнёров в групповые перемещения по площадке

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

## **Тема 21. Игры и Групповые импровизации**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на согласование движений партнёров в играх и групповых импровизациях:

-Игры с элементами борьбы или соревнования, в которых условия и задачи разворачивающейся в них борьбы требуют сотрудничества всех играющих (участников команды).

-Групповые импровизации на предложенное одним из участников движение с сохранением ритма, темпа, энергетика, диапазона, характера, стилистики предложенного движения.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал,

относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

## **Тема 22. Взаимодействие с предметом; метание**

Задачи: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на взаимодействие с предметом - метание

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **Тема 23. Элементы жонглирования**

Задачи: изучение техники простейших приёмов манипуляции предметами различной формы, величины и веса.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на простейшие приёмы манипуляции предметами различной формы, величины и веса

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **Тема 24. Упражнение на координацию движений и на точном учёте пространства и времени**

Задачи: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на координацию движений и на точном учёте пространства и времени

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **Тема 25. Упражнение на балансировку**

Задачи: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на балансировку -

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **Тема 26. Работа с реквизитом**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на работу с реквизитом

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 27. Игры и игровые этюды с предметами и элементами предметной среды.**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** подготовить этюды (1-2) на игровые этюды с предметами и элементами предметной среды.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга, этюды должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **МЕЖСЕССИОННЫЙ (РУБЕЖНЫЙ) КОНТРОЛЬ**

Задание: представить комплекс упражнений (7-8 упражнений) по пройденным темам:

- Взаимодействие с партнёром

- Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров

- Взаимодействие в группе: Упражнения на групповые перемещения по площадке

- Игры и Групповые импровизации

- Взаимодействие с предметом; метание

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно: сценические падения: пассивные падения, активные падения, приёмы самостраховки.

## **4 СЕМЕСТР**

### **Тема 28. СПЕЦИАЛЬНЫЕ СЦЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ**

**Входной контроль** освоения учебных материалов на полугрупповых, мелкогрупповых аудиторных занятиях, самостоятельной работы обучающихся за 3 семестр:

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

Задание: исполнить упражнение:

- Элементы жонглирования
- на координацию движений и на точном учёте пространства и времени
- на балансировку
- работу с реквизитом.

**Текущий контроль по темам:**

### **Тема 28.Специальные сценические навыки**

Задачи: освоение “ряда приёмов сценической техники, которые требуют особой тренировки” (К.С.Станиславский), т. е. 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 бьёт другого, даёт пощёчину, падает, спотыкается...” (К.С.Станиславский).

**Задание:** представить упражнения (7-8) на специальные сценические навыки

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает возможности и проблемы своего телесного аппарата; умеет поддерживать свою внешнюю форму с помощью пластического тренинга; владеет навыками пластического и психофизического тренинга.

1.Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2.Корректно, без отсутствия искажения заданий

3.Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 29.Различные способы передвижения и преодоления препятствий**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на Различные способы передвижения и преодоления препятствий:

Ходьба: биомеханика правильной походки; ходьба в различных сочетаниях пространства и времени.

Бег: разные виды бега; разные характеры бега.

Прыжки: в длину, высоту, глубину, через препятствия (опорные и безопорные).

Различные приемы лазания, ползания, подлезания, пролезания; висы, упоры.

Передвижения с различными техническими задачами.

Трансформации походки. Различные характеры походки.

Передвижения в различных предлагаемых обстоятельствах.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 30. Переноска партнёра**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на переноску партнёра

Подъём партнёра с пола, опускание партнёра на пол, сбрасывание партнёра на пол.

Перетаскивание партнёра (все способы).

Переноска партнёра на руках, на спине, на обоих плечах.

Переноски двумя или несколькими партнёрами одного: бытовые, ритуальные.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 31. Трюковые падения**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на трюковые падения:

Падения с партнёром на руках, на плечах.

Падения со стула.

Падения через препятствия.

Падения с возвышения из различных положений.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **Тема 32. Взаимодействие с пространством**

**Задачи:** научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на взаимодействие с пространством:

Упражнения, повышающие ориентацию на плоскости (планшете сцены) по направлению, по расстоянию и в трехмерном пространстве сцены, совершенствующие чувство направления и дистанции; подготовительные упражнения к работе над пластикой мизансцен.

Ориентация на плоскости (планшете сцены) по направлению.

Ориентация на плоскости по расстоянию: понятие дистанции, выработка чувства дистанции.

Ориентировка по направлению и расстоянию.

Перемещение в трёхмерном пространстве сцены.

Организация движения во времени и пространстве – различные сочетания пространственных перемещений и временных отрезков.

Упражнения и этюды на воспитание чувства пространственной композиции.\

простейшие приёмы манипуляции предметами различной формы, величины и веса

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

## **Тема 33. Работа над пластикой в этюде**

**Задачи:** научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить пластику в этюде:

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съёмочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 34. Речедвигательная координация**

Задачи: дать студенту опыт практической работы над ролью в спектакле.

**Задание:** представить

Упражнения, нарабатывающие взаимосвязь и взаимодействие движений тела с речью в одинаковых, разных и меняющихся темпо-ритмах, базирующиеся на упражнениях моторного типа, заимствованных из темы "Координация движений".

Сочетание движений рук и ног в разных рисунках, направлениях и темпах с логическим текстом разной трудности (таблица умножения, стих).

Сочетание ритмизованной (стихотворной) речи с аритмичным движением, со сменой скоростей и расстояний.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приемами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 35. Специальный стиливо-пластический тренинг**

Задачи: выработка и освоение пластического языка конкретного спектакля в зависимости от автора, жанра, стилистики, режиссёрского решения и т. д.

**Задание:** Упражнения, развивающие психофизические качества, наиболее востребуемые в данном конкретном спектакле или фильме.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приемами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объему/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 36. Работа над пластикой в ходе репетиций**

Задачи: научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** подготовить этюды (1-2)

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой теме. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы.

Знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной

площадке; умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности; владеет основами сценического движения, акробатики, приёмами сценического фехтования, техникой сценического боя.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга, этюды должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности.

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

### МЕЖСЕССИОННЫЙ (РУБЕЖНЫЙ) КОНТРОЛЬ

Задание: представить комплекс упражнений (7-8 упражнений) по пройденным темам:

- Специальные сценические навыки

- Различные способы передвижения и преодоления препятствий

- Переноска партнёра

- Трюковые падения

- Взаимодействие с пространством

- Работа над пластикой в этюде

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой тематике. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), ответить на уточняющие вопросы, а именно: сценические падения: пассивные падения, активные падения, приёмы самостраховки.

1. Упражнения, элементы разминки, тренинга должны проводиться с соблюдением всех необходимых мер безопасности

2. Корректно, без отсутствия искажения заданий

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

| Наименование раздела     | Виды учебных занятий                                                                                   | Образовательные технологии                       |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 1                        | 2                                                                                                      | 3                                                |
| Подготовительный тренинг | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Вводная лекция с использованием видеоматериалов. |
| Развивающий тренинг      | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                  |
| Пластический тренинг     | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                  |
| Специальный тренинг      | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.                            |                                                  |

|                                                                                                                                 |                                                                                                        |                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                 | Самостоятельная работа.                                                                                |                                                                                             |
| Комплекс специальных упражнений                                                                                                 | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Развернутая беседа с обсуждением                                                            |
| Элементы акробатики.<br>Индивидуальные упражнения                                                                               | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                             |
| Освоение основных элементов индивидуальной акробатики                                                                           | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Самостоятельное проведение тренингов; участие в тренингах, упражнениях, проводимых другими; |
| Парные упражнения Поддержки. Седы. Стойки. Входы на плечи.                                                                      | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Просмотр видеоматериалов.                                                                   |
| Элементы эксцентрической акробатики.<br>Акробатические комбинации и фразы                                                       | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Показ этюдных работ                                                                         |
| Этюды с использованием элементов акробатики.                                                                                    | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Просмотр видеоматериалов.                                                                   |
| Сценические падения: развитие способности управлять инерцией движения, контролировать процесс движения, после потери равновесия | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                             |
| Пассивные падения: подготовительные упражнения к пассивным падениям                                                             | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                             |
| Падения из положения, сидя, стоя на коленях,                                                                                    | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                             |
| Пассивные падения из положения стоя в различных направлениях.                                                                   | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                             |

|                                                                                      |                                                                                                              |                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| Активные падения:<br>подготовительные<br>упражнения к активным<br>падениям           | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Приёмы самостраховки,<br>активные падения в<br>различных направлениях                | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Взаимодействие с<br>партнером                                                        | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Просмотр видеоматериалов. |
| Упражнения,<br>базирующиеся на<br>сенсорно-мышечной<br>координации                   | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Творческий показ          |
| Упражнения,<br>базирующиеся на<br>согласовании движений<br>партнёров                 | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Открытый урок             |
| Взаимодействие в группе:<br>Упражнения на групповые<br>перемещения по площадке       | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Игры и Групповые<br>импровизации                                                     | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Взаимодействие с<br>предметом; метание                                               | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Элементы жонглирования                                                               | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Упражнение на<br>координацию движений и<br>на точном учёте<br>пространства и времени | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                           |
| Упражнение на<br>балансировку                                                        | Практическое<br>полугрупповое занятие.                                                                       |                           |

|                                                                        |                                                                                                              |                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                        | Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа.                                           |                                                                                                   |
| Работа с реквизитом                                                    | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Творческий показ                                                                                  |
| Игры и игровые этюды с<br>предметами и элементами<br>предметной среды. | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                                   |
| Специальные сценические<br>навыки                                      | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Открытый урок                                                                                     |
| Различные способы<br>передвижения и<br>преодоления препятствий         | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                                   |
| Переноска партнёра                                                     | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                                   |
| Трюковые падения                                                       | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Самостоятельное проведение тренингов;<br>участие в тренингах, упражнениях,<br>проводимых другими; |
| Взаимодействие с<br>пространством                                      | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |                                                                                                   |
| Работа над пластикой в<br>этюде                                        | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Просмотр зачётов и экзаменов по<br>мастерству актёра с последующим<br>методическим разбором;      |
| Речедвигательная<br>координация                                        | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. | Творческий показ                                                                                  |
| Специальный стиливо-<br>пластический тренинг                           | Практическое<br>полугрупповое занятие.<br>Практическое<br>мелкогрупповое занятие.                            |                                                                                                   |

|                                       |                                                                                                        |  |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                       | Самостоятельная работа.                                                                                |  |
| Работа над пластикой в ходе репетиций | Практическое полугрупповое занятие.<br>Практическое мелкогрупповое занятие.<br>Самостоятельная работа. |  |

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Текущий контроль выполнения заданий (контроль формирования компетенций) осуществляется регулярно, начиная с первой недели семестра (входящий контроль). Контроль и оценивание выполнения осуществляется на 2 неделе семестра. Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи выполнения творческих заданий, опроса в завершении изучения каждого раздела. Система текущего контроля успеваемости служит не только оценке уровня компетентности подготовки обучающегося и способствует в дальнейшем наиболее качественному и объективному оцениванию его в ходе промежуточной аттестации, но и самооценке обучающегося, стимулируя его усилия.

Промежуточная аттестация по дисциплине: «Сценическое движение»: промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

### **6.1. Система оценивания**

| <b>Форма контроля</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Компетенция</b> | <b>Оценка</b>                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------|
| Текущий контроль:<br>проверка самостоятельной работы студента<br>(осуществляется преподавателем на каждом аудиторном занятии и заключается в проверке выполнения домашних заданий, диагностике уровня сформированности умений и навыков, выявлении проблемных аспектов, требующих дополнительной проработки.) | УК7; ПК4           | отлично/хорошо/удовлетворительно/неудовлетворительно |
| Промежуточная аттестация: экзамен (Подготовка и проведение тренинга. Этюды по индивидуальной акробатике. Этюды с использованием упражнений и навыков взаимодействия с партнером.)                                                                                                                             | УК7; ПК4; ПК10     | отлично/хорошо/удовлетворительно/неудовлетворительно |

### **6.2. Критерии оценки результатов по дисциплине**

| Оценка по дисциплине                                                | Критерии оценки результатов обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «отлично»/<br>«зачтено (отлично)»/<br>«зачтено»                     | Выставляется обучающемуся, если компетенция(ии), закрепленная за дисциплиной, сформирована (по индикаторам/ результатам обучения в формате знать-уметь-владеть) в полном объеме на уровне «высокий», и обучающийся демонстрирует как результат обучения следующие знания, умения и навыки: обучающийся глубоко и прочно усвоил теоретический и практический материал, продемонстрировал это на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся исчерпывающе и логически стройно излагает учебный материал, умеет сочетать теорию с практикой, справляется с выполнением задач профессиональной направленности высокого уровня сложности, правильно обосновывает принятые решения. Свободно ориентируется в учебной и профессиональной литературе. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. |
| «хорошо»/<br>«зачтено (хорошо)»/<br>«зачтено»                       | Выставляется обучающемуся, если он знает теоретический и практический материал, грамотно и по существу излагает его на занятиях и в ходе промежуточной аттестации, не допуская существенных неточностей. Обучающийся правильно применяет теоретические положения при решении практических задач профессиональной направленности разного уровня сложности, владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Достаточно хорошо ориентируется в учебной и профессиональной литературе. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «хороший».                                                                                                                                                                                        |
| «удовлетворительно»/<br>«зачтено (удовлетворительно)»/<br>«зачтено» | Выставляется обучающемуся, если он знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает отдельные ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает определённые затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, владеет необходимыми для этого базовыми навыками и приёмами. Демонстрирует достаточный уровень знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «достаточный».                                                                                                                                                  |
| «неудовлетворительно»/<br>не зачтено                                | Выставляется обучающемуся, если он не знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции на уровне «достаточный», закреплённые за дисциплиной, не сформированы.                                                                                                                                                              |

**6.3. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

### *ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 1 СЕМЕСТРА - ЭКЗАМЕН*

Экзамен проводится в виде показа программы, по разделам дисциплины «Сценическое движение», включая индивидуальные номера, подготовленные студентами к показу в течение семестра.

Задание:

1. Подготовка и проведение тренинга.
2. Показ техник падений в различных скоростях.
3. Показ элементов индивидуальной/парной акробатики.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой тематике. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), этюды, ответить на уточняющие вопросы, а именно: подготовка и проведение тренинга, показ техник падений в различных скоростях, показ элементов индивидуальной/парной акробатики.

Экзамен ориентирован на проверку сформированности конкретных компетенций, таких как УК7.1; УК7.3; ПК4.1;

### *ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 2 СЕМЕСТРА - ЗАЧЕТ*

Зачет проводится в виде показа программы, по разделам дисциплины «Сценическое движение», включая индивидуальные номера, подготовленные студентами к показу в течение семестра.

Задание:

1. Подготовка и проведение тренинга.
2. Этюды по индивидуальной акробатике.
3. Этюды с использованием упражнений и навыков взаимодействия с партнером.

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой тематике. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), этюды, ответить на уточняющие вопросы, а именно: подготовка и проведение тренинга, индивидуальная акробатика, взаимодействие с партнером.

Экзамен ориентирован на проверку сформированности конкретных компетенций, таких как УК7.1; УК7.3; ПК4.1; ПК10.1

### *ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 3 СЕМЕСТРА - ЗАЧЕТ*

Зачет проводится в виде показа программы, по разделам дисциплины «Сценическое движение», включая индивидуальные номера, подготовленные студентами к показу в течение семестра.

Задание:

1. Подготовка и проведение тренинга.
2. Этюды по индивидуальной акробатике.
3. Этюды с использованием упражнений и навыков взаимодействия с партнером.

### *ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 4 СЕМЕСТРА - ЭКЗАМЕН*

Экзамен проводится в виде показа программы, по разделам дисциплины «Сценическое движение», включая индивидуальные номера, подготовленные студентами к показу в течение семестра.

Задание:

1. Подготовка и проведение тренинга.
2. Показ техник падений в различных скоростях.
3. Показ элементов индивидуальной/парной акробатики.

Критерии оценивания. Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой тематике. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), этюды, ответить на уточняющие вопросы, а именно: подготовка и проведение тренинга, показ техник падений в различных скоростях, показ элементов индивидуальной/парной акробатики.

Экзамен ориентирован на проверку сформированности конкретных компетенций, таких как УК7.1; УК7.3; ПК4.1;

**Критерии оценивания.** Обучающийся знает теоретический и практический материал, относящийся к изучаемой тематике. Может воспроизвести упражнения, элементы разминки, тренинга (с разной степенью точности), этюды, ответить на уточняющие вопросы, а именно: подготовка и проведение тренинга, индивидуальная акробатика, взаимодействие с партнером.

Экзамен ориентирован на проверку сформированности конкретных компетенций, таких как УК7; ПК4; ПК10

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **7.1. Список литературы и источников**

#### **Основная**

**Закиров, А. З.** Основы сценического фехтования. Учебное пособие [Электронный ресурс] : [учеб.пособие] / А. З. Закиров ; Закиров А. З. - Москва : Всероссийский государственный университет кинематографии имени С.А. Герасимова (ВГИК), 2013. - 72 с.

**Кох, И. Э.** Основы сценического движения [Текст] : учеб. / Иван Эдмундович ; И. Э. Кох. - 3-е изд., стер. - СПб. : Планета музыки : Лань, 2013. - 510 с.

#### **Дополнительная литература:**

**Андрачников, С. Г.** Сценическая пластика [Текст] : учеб.пособие / С. Г. Андрачников ; Моск. гос. ин-т культуры. - М. : МГИК, 1990. - 76, [1] с.

**Волконский, С. М.** Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсарту) [Электронный ресурс] / С. М. Волконский ; Волконский С.М. - Москва : Планета музыки, 2012. - ISBN 978-5-8114-1347-8.

#### **Интернет-ресурсы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

<http://www.consultant.ru/> - справочно-правовая система «Консультант плюс»

<https://elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<https://www.culture.ru/theaters/performances-> портал «Культура.РФ»// Театры; Каталог спектаклей//

## **8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Тема 1. Подготовительный тренинг**

#### **Входной контроль умений и навыков по дисциплине;**

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

Задание: исполнить упражнение

#### **УПРАЖНЕНИЕ 1**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Руки прямые, вытянуты вверх. Пальцы вместе.

Действия. Стоя на двух ногах, выполняем вращения кистями. Затем переносим тяжесть на правую ногу и вращаем стопой левой ноги, продолжая движения кистями. Меняем опорную ногу и направление вращения. Возвращаемся в исходную позицию продолжая вращения кистями.

*Оценка.* Держать равновесие. Сохранять точное круговое движение кончиками пальцев рук и кончиками пальцев поднятой ноги. Переносить вес тела с ноги на ногу мягко, без рывков. Не нарушать равномерного движения кистями. Сохранять максимальную амплитуду движения. Пробовать разные скорости движения. Менять позицию, не прерывать вращательных движений кистями.

#### **УПРАЖНЕНИЕ 2**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Руки в стороны. Пальцы собраны в мягкий кулак.

Действия. Стоя в исходной позиции, выполняем вращения руками от локтей. Переносим вес тела на правую ногу. Поднимаем левую ногу так, чтобы бедро было параллельно полу. Выполняем вращения левой ногой от колена. Меняем опорную ногу и направление вращения. Возвращаемся в исходную позицию, продолжая вращения руками от локтей.

*Оценка.* Держать равновесие. Контролировать точное круговое движение ногой от колена и руками от локтей. Переносить вес тела с ноги на ногу мягко, без рывков. Сохранять максимальную амплитуду движения. Пробовать разные скорости движения. Менять позицию, не прерывать вращательных движений руками от локтей.

Примечание. Следить за тем, чтобы стопа поднятой ноги не была напряжена во время вращательного движения от колена.

#### **УПРАЖНЕНИЕ 3**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно.

Действия. Выполняем вращение плечами назад. Переносим тяжесть на правую ногу. Вращение Тазом. Меняем опорную ногу и направление движения.

Заканчиваем упражнение, выполняя вращение плечами и тазом с максимальной амплитудой и скоростью, стоя на двух ногах.

*Оценка.* Держать равновесие. Контролировать точность круговых движений.

Переносить вес тела с ноги на ногу мягко, без рывков. Не нарушать равномерности движения. Сохранять максимальную амплитуду, пробовать разные скорости движения.

Примечание. Следить за точностью кругового движения. Не терять точности локального движения тазом. Не подключать к этому движению другие части тела.

#### **УПРАЖНЕНИЕ 4**

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Правая рука вытянута вверх, левая в сторону. Пальцы собраны в мягкий кулак.

Действия. Вращение прямой правой рукой вперед. Вращение левой рукой от локтя внутрь. Переносим тяжесть на правую ногу, левую ногу поднимаем. Вращение корпусом вправо. Переносим тяжесть на левую ногу, меняем позиции рук и направление движения корпусом и руками.

*Оценка.* Те же, что в упражнении 3.

Примечание. Изменять направление вращательных движений именно в момент перехода с одной ноги на другую.

#### УПРАЖНЕНИЕ 5

Исходная позиция. Правая нога впереди, левая сзади, на одной линии. Пальцы левой ноги касаются пятки правой. Руки вытянуты вверх. Пальцы рук соединены в "замок".

Действия. Потянуться руками и корпусом вперед. Вернуться в исходную позицию. Прогнуться-потянуться руками и корпусом назад. Вернуться в исходную позицию. Наклониться- потянуться руками и корпусом вправо. Вернуться в исходную позицию. Наклониться-потянуться руками и корпусом влево. Вернуться в исходную позицию. Сделать корпусом полный круг вправо. Повторить потягивания в четырех направлениях - вперед, назад, вправо, влево. Сделать корпусом полный круг влево. Выполнить упражнение, стоя на одной и другой ноге.

*Оценка.* Держать равновесие. Менять позицию очень мягко сохраняя непрерывность движения. Главным должно быть ощущение непрерывного потягивания, даже при выполнении вращения корпусом.

#### **Тема 1. Подготовительный тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины "Сценическое движение", разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель - создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; создать базу для других дисциплин движеньеского цикла; снабдить актера программой, методикой и комплексами упражнений для постоянной работы над собой.

**Задание:** представить комплекс упражнений Подготовительного тренинга по подготовке костно-мышечного аппарата студента к активной работе на уроке (7-8 упражнений).

#### **Тема 2. Развивающий тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины "Сценическое движение", разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоническое состояние костно-мышечного аппарата студента. Вычленение индивидуальных проблем каждого студента, исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врождённых и приобретённых, смягчение или прикрытие тех из них, которые не могут быть устранены.

**Задание:** представить комплекс упражнений Развивающего тренинга (до 8 упражнений) на:

- Гибкость - повышение подвижности отдельных частей тела и общей гибкости.
- Сила - укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног.
- Скоростная подготовка - совершенствование скоростных возможностей тела, повышение чувства времени, освоение понятий темпа и ритма. Повышение реактивных возможностей. Расширение диапазона скоростей.
- Координация движений - повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков.

-Равновесие - повышение чувства равновесия (тренировка вестибулярного анализатора). Повышение устойчивости тела (оперирование центром тяжести).  
-Дыхание - координация дыхания с простейшими движениями. Повышение устойчивости дыхания при физических нагрузках.

### **Тема 3. Пластический тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение и акробатика”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель - создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; Пластический тренинг - развитие внутреннего ощущения движения.

**Задание:** представить комплекс упражнений Пластического тренинга по развитию внутреннего ощущения движения(7-8 упражнений)на:

- 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.
- Выработка контроля за мышечными напряжениями.
- Развитие выразительности, ощущения формы, жеста, пространства, ловкости.

### **Тема 4. Специальный тренинг**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение и акробатика”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель –приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач.

**Задание:** представить комплекс упражнений Специального тренинга - интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач (7-8 упражнений):

на развитие чувствительности вестибулярного аппарата, обострение чувства равновесия и устойчивости тела, развитие чувства инерции движения, чувства партнера.

### **Тема 5. Комплекс специальных упражнений**

Тренинг - это базовый раздел дисциплины “Сценическое движение”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента; цель - создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; создать базу для других дисциплин движенческого цикла; снабдить актера программой, методикой и комплексами упражнений для постоянной работы над собой.

**Задание:** представить комплекс специальных упражнений для постоянной работы над собой (7-8 упражнений):

- баланс
- координацию
- скорость/инерцию
- напряжение/расслабление
- построение движения

### **Тема 6. Элементы акробатики. Индивидуальные упражнения**

**Задачи:** расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных

кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Задание:** представить комплекс индивидуальных упражнений по подготовке к акробатике (7-8 упражнений):

- упражнения для подготовки к прыжкам,
- упражнения для подготовки к балансированию,
- упражнения для подготовки к бросковым упражнениям.

#### **Тема 7. Освоение основных элементов индивидуальной акробатики**

**Задачи:** расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Задание:** представить комплекс упражнений (7-8 упражнений): упражнения в балансировании. Шпагаты. Мосты. Упоры. Стойки. Перекаты. Кувырки.

Перекидки. Перевороты колесом.

#### **Тема 8. Парные упражнения.**

**Задачи:** расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Задание:** представить комплекс упражнений (7-8 упражнений):

Поддержки. Седы. Стойки. Входы на плечи. Элементы эксцентрической акробатики. Акробатические комбинации и фразы. Этюды с использованием элементов акробатики.

#### **Тема 9. Элементы эксцентрической акробатики. Акробатические комбинации и фразы**

**Задачи:** расширить динамический диапазон движений актёра; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков; способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнёрства в экстремальных ситуациях; создать базу для ряда других дисциплин (сценический бой, трюковая техника).

**Критерии оценивания:**

**Задание:** представить комплекс упражнений (7-8 упражнений):

- На элементы эксцентрической акробатики;
- На акробатические комбинации и фразы

#### **Тема 10. Этюды с использованием элементов акробатики.**

**Входной контроль** освоения учебных материалов на полугрупповых, мелкогрупповых аудиторных занятиях, самостоятельной работы обучающихся 1 семестра:

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

**Задание:** исполнить упражнение:

##### **УПРАЖНЕНИЕ 1**

Исходная позиция. Баланс на правой ноге.

Действия. Левой ногой потянуться назад, корпус наклонить вперед, правой рукой потянуться вперед. Сменить опорную ногу и повторить упражнение. Сменить опорную ногу. Наклоняя корпус вправо, потянуться левой ногой влево, правой рукой вправо. Сменить опорную ногу. Наклонить корпус влево, потянуться правой ногой вправо, левой рукой влево.

*Оценка.* Держать баланс. Стремиться к тому, чтобы корпус, рука и свободная нога составляли прямую линию, параллельную полу.

*Примечание.* Переход с ноги на ногу осуществлять мягко и непрерывно. Ощущать кончики пальцев рук и ног.

## УПРАЖНЕНИЕ 2

*Исходная позиция.* Правая нога впереди, левая сзади, на одной линии, на расстоянии двух шагов. Ноги согнуты в коленях. Пятки оторваны от пола. Руки вытянуты в стороны, ладони вниз, прямые пальцы вместе.

*Действия.* Наклон вправо: левой рукой потянуться вверх, правой вниз, постараться дотронуться до пола. Вернуться в исходную позицию. Наклон влево: правой рукой потянуться вверх, левой вниз, постараться дотронуться до пола. Вернуться в исходную позицию. Развернуть корпус вправо, одновременно активно вытягивая руки в стороны. Зафиксировать позицию. Вернуться в исходную позицию.

Развернуть корпус влево, руки в стороны. Повторить четыре этапа упражнения как одну фразу.

*Оценка.* Не терять ощущения постоянного потягивания в руках и корпусе при наклонах и скручивании. Контролировать свободное дыхание.

## УПРАЖНЕНИЕ 3

*Исходная позиция.* Баланс на правой ноге. Руки вытянуты вверх, ладонями внутрь. Левая нога поднята, согнута в колене.

*Действия.* Наклон корпусом вперед вниз; руками потянуться вперед вниз.

Вернуться в исходную позицию. Сменить опорную ногу и повторить наклон.

Сменить опорную ногу. Руки в стороны. Наклон корпусом вправо; правой рукой потянуться к полу. Вернуться в исходную позицию. Сменить опорную ногу.

Наклон корпусом влево; левой рукой потянуться к полу. Вернуться в исходную позицию. Опустить руки вниз, отвести их назад. Прогнуться-наклониться назад, потянувшись руками к полу. Вернуться в исходную позицию. Сменить опорную ногу, повторить упражнение.

*Оценка.* Держать баланс. Стремиться достать руками пола. Переходить из одной позиции в другую мягко, без рывков. Сохранять ощущение потягивания.

## УПРАЖНЕНИЕ 4

*Исходная позиция.* Правая нога впереди, левая сзади, на одной линии на расстоянии двух шагов. Баланс на полу пальцах.

*Действия.* По сигналу - прыжок с поворотом на 180°. По сигналу - два прыжка: с поворотом на 180° и обратно.

*Оценка.* Сохранять точность исходной позиции, располагая ноги строго на одной линии. Добиваться мягкости прыжка. Держать баланс.

## УПРАЖНЕНИЕ 5

*Исходная позиция.* Баланс на одной ноге.

*Действия.* По сигналу - прыжок с поворотом на 180°, затем по сигналу - два прыжка: с поворотом на 180° и обратно.

*Оценка.* Сохранять точность исходной позиции. Добиваться Мягкости прыжка. Держать баланс.

## УПРАЖНЕНИЕ 6

*Часть первая. Исходная позиция.* Баланс на правой ноге. Левая нога поднята и вытянута вперед. Корпус отклонен назад. Руки вытянуты вперед ладонями внутрь.

*Действия.* По сигналу - прыжок, смена опорной ноги.

*Часть вторая. Исходная позиция.* Баланс на правой ноге, левая нога поднята и вытянута назад. Руки вытянуты назад. Корпус наклонен вперед.

*Действия.* По сигналу - прыжок, смена опорной ноги, Задачи. Держать баланс. Добиваться мягкости прыжка. Контролировать положение корпуса и рук.

*Оценка.* Сохранять точность исходной позиции. Добиваться Мягкости прыжка. Держать баланс.

#### УПРАЖНЕНИЕ 7

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч. Ступни параллельно. Руки опущены вдоль тела.

Действия. Перенести тяжесть на правую ногу, оторвать от пола пятку левой ноги. Правой рукой потянуться вверх. Сделав правой рукой энергичное круговое движение вперед, вернуться в исходную позицию. Сделав второй круг рукой, резко присесть, сгруппироваться и через исходную позицию сменить ногу и руку. Повторить круговое движение левой рукой. Присесть, сгруппироваться. Из группировки - прыжок с поворотом на 180°. Повторить упражнение в другом направлении.

*Оценка.* Сохранять равновесие. Переходя с одной ноги на другую, при потягивании не терять ощущения пальцев "нижней" руки. Добиваться мягкости прыжка. Фиксировать ощущение диагонали "рука - нога".

#### **Тема 10. Этюды с использованием элементов акробатики.**

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 актера.

**Задание:** представить этюды (1этюд) с использованием элементов акробатики (3-5 минут)

#### **Тема 11. Сценические падения: развитие способности управлять инерцией движения, контролировать процесс движения, после потери равновесия**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на сценические падения:

- развитие способности управлять инерцией движения,
- контролировать процесс движения, после потери равновесия

#### **Тема 12. Пассивные падения: подготовительные упражнения к пассивным падениям**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на пассивные падения

#### **Тема 13. Падения из положения, сидя, стоя на коленях**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения из положения, сидя, стоя на коленях

#### **Тема 14. Пассивные падения из положения стоя в различных направлениях.**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения стоя в различных направлениях

### **Тема 15. Активные падения: подготовительные упражнения к активным падениям**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на подготовительные упражнения к активным падениям

### **Тема 16. Приёмы самостраховки, активные падения в различных направлениях**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на Приёмы самостраховки, активные падения в различных направлениях

### **Тема 17. Взаимодействие с партнером**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения во взаимодействии с партнером

### **Тема 18. Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации**

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

**Задание:** представить упражнения (7-8) на падения базирующиеся на сенсорно-мышечной координации

### **Тема 19. Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров**

**Входной контроль** освоения учебных материалов на полугрупповых, мелкогрупповых аудиторных занятиях, самостоятельной работы обучающихся за 2 семестр:

Оценивается: способность обучающегося к освоению и пониманию круга задач, относящихся к дисциплине, готовность к выполнению задач;

Средство оценивания – оценка практических заданий входного контроля.

**Задание:** исполнить упражнение:

#### **УПРАЖНЕНИЕ 1**

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога согнута в колене и поднята. Левая рука - прямая, отведена в сторону. Правая рука поднята.

Действия. Круговое движение тазом вправо, левым предплечьем вправо, правым плечом назад. Прыжком - смена опорной ноги и позиции рук. Круговое движение тазом влево правым предплечьем влево, левым плечом назад.

#### **УПРАЖНЕНИЕ 2**

Исходная позиция. Ноги прямые, на ширине плеч, ступни - параллельно. Руки - в стороны. Баланс на пятках.

Действия. Потянуться, перемещая таз вправо, влево. Потянуться - наклониться корпусом вперед. Вращения тазом вправо влево.

#### **УПРАЖНЕНИЕ 3**

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога прямая, вытянута вперед. Правая опорная нога немного согнута в колене. Руки - прямые, ладонями внутрь; пальцы вместе.

Действия. Потянуться поднятой левой ногой вперед-вверх, руками и корпусом вперед, к пальцам поднятой ноги. Мягко поменять опорную ногу и повторить упражнение.

#### УПРАЖНЕНИЕ 4

Исходная позиция. Баланс на правой ноге. Левая нога - прямая, вытянута вперед. Правая опорная нога немного согнута в колене. Руки - прямые, ладонями внутрь; пальцы вместе.

Действия. Потянуться вперед-вверх поднятой левой ногой, правой рукой и корпусом, к пальцам поднятой ноги; левой рукой потянуться назад. Мягко поменять опорную ногу, позицию рук и повторить упражнение.

#### УПРАЖНЕНИЕ 5.

Исходная позиция. Баланс на полупальцах опорной ноги.

Действия. По сигналу - прыжок и приземление в ту же точку на другую опорную ногу и фиксация позиции всего тела в балансе на полупальцах опорной ноги.

#### УПРАЖНЕНИЕ 6.

Исходная позиция. Два партнера стоят лицом друг к другу на расстоянии большого шага. Ступни каждого - на одной линии на расстоянии шага одна от другой.

Задача и действия. Вывести партнера из равновесия, чтобы, освободив себе путь, продолжить путь через пропасть по воображаемому бревну.

Примечание. Важно "обыграть" партнера деликатно, сделав это за счет ловкости, а не силы.

#### УПРАЖНЕНИЕ 7.

Действия и задачи. Держась за руки, партнерам необходимо перебраться через "горную реку", прыгая с "камня" на "камень". Прыгать можно одновременно и поочередно. Фиксировать позицию после прыжка.

#### УПРАЖНЕНИЕ 8.

Исходная позиция. Ноги на ширине плеч, баланс на полу пальцах., Одна рука поднята, за нею тянется все тело-"веревка". Представим, что "веревку" держат за верхний конец и активно тянут вверх. Поэтому постоянное ощущение натянутой веревки сохраняется в теле до условного сигнала, по которому "веревку" начинают медленно и равномерно опускать на пол.

Задача и действия. Необходимо уложить свое тело, сохраняя последовательность движений, так, чтобы последней "укладывалась" на пол кисть поднятой руки - верхний конец воображаемой веревки, за который ее вновь поднимают и вытягивают. Выполнить упражнение в 3-4-х разных темпах, например, на счет 8, 4, 2, 1.

Примечание. Увеличение скорости не должно лишать движение мягкости, и, самое главное, логики. Движение как вниз, так и вверх должно быть удобно, оптимально по затрате энергии, а это значит, что, независимо от скорости, мы должны сознательно управлять процессом движения, выполняя действие на "тормозе".

#### **Тема 19. Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на согласование движений партнёров:

- Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров;
- Упражнения на доверие, при которых глаза одного из партнёров закрыты;
- Игры, в которых имеет место активное единоборство, столкновение сторон.

#### **Тема 20. Взаимодействие в группе: Упражнения на групповые перемещения по площадке**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на согласование движений партнёров в групповых перемещения по площадке

### **Тема 21.Игры и Групповые импровизации**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на согласование движений партнёров в играх и групповых импровизациях:

-Игры с элементами борьбы или соревнования, в которых условия и задачи развертывающейся в них борьбы требуют сотрудничества всех играющих (участников команды).

-Групповые импровизации на предложенное одним из участников движение с сохранением ритма, темпа, энергетики, диапазона, характера, стилистики предложенного движения.

### **Тема 22.Взаимодействие с предметом; метание**

Задачи: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на взаимодействие с предметом - метание

### **Тема 23.Элементы жонглирования**

Задачи: изучение техники простейших приёмов манипуляции предметами различной формы, величины и веса.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на простейшие приёмы манипуляции предметами различной формы, величины и веса

### **Тема 24.Упражнение на координацию движений и на точном учёте пространства и времени**

Задачи: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на координацию движений и на точном учёте пространства и времени

### **Тема 25.Упражнение на балансировку**

Задачи: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на балансировку -

### **Тема 26.Работа с реквизитом**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычленёнными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на работу с реквизитом

### **Тема 27.Игры и игровые этюды с предметами и элементами предметной среды.**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** подготовить этюды (1-2) на игровые этюды с предметами и элементами предметной среды.

### **Тема 28. Специальные сценические навыки**

Задачи: освоение “ряда приёмов сценической техники, которые требуют особой тренировки” (К.С.Станиславский), т. е. 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 бьёт другого, даёт пощёчину, падает, спотыкается...” (К.С.Станиславский).

**Задание:** представить упражнения (7-8) на специальные сценические навыки

### **Тема 29. Различные способы передвижения и преодоления препятствий**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на Различные способы передвижения и преодоления препятствий:

Ходьба: биомеханика правильной походки; ходьба в различных сочетаниях пространства и времени.

Бег: разные виды бега; разные характеры бега.

Прыжки: в длину, высоту, глубину, через препятствия (опорные и безопорные).

Различные приемы лазания, ползания, подлезания, пролезания; висы, упоры.

Передвижения с различными техническими задачами.

Трансформации походки. Различные характеры походки.

Передвижения в различных предлагаемых обстоятельствах.

### **Тема 30. Переноска партнёра**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на переноску партнёра

Подъём партнёра с пола, опускание партнёра на пол, сбрасывание партнёра на пол.

Перетаскивание партнёра (все способы).

Переноска партнёра на руках, на спине, на обоих плечах.

Переноски двумя или несколькими партнёрами одного: бытовые, ритуальные.

### **Тема 31. Трюковые падения**

Задачи: научить будущего актёра опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на трюковые падения:

Падения с партнёром на руках, на плечах.

Падения со стула.

Падения через препятствия.

Падения с возвышения из различных положений.

### **Тема 32. Взаимодействие с пространством**

Задачи: научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить упражнения (7-8) на взаимодействие с пространством:

Упражнения, повышающие ориентацию на плоскости (планшете сцены) по направлению, по расстоянию и в трехмерном пространстве сцены, совершенствующие чувство направления и дистанции; подготовительные упражнения к работе над пластикой мизансцен.

Ориентация на плоскости (планшете сцены) по направлению.

Ориентация на плоскости по расстоянию: понятие дистанции, выработка чувства дистанции.

Ориентировка по направлению и расстоянию.

Перемещение в трёхмерном пространстве сцены.

Организация движения во времени и пространстве – различные сочетания пространственных перемещений и временных отрезков.

Упражнения и этюды на воспитание чувства пространственной композиции. \простейшие приёмы манипуляции предметами различной формы, величины и веса

### **Тема 33. Работа над пластикой в этюде**

Задачи: научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** представить пластику в этюде:

3. Соответствие временному объёму/упражнений/разминка/тренинг –

### **Тема 34. Речедвигательная координация**

Задачи: дать студенту опыт практической работы над ролью в спектакле.

**Задание:** представить

Упражнения, нарабатывающие взаимосвязь и взаимодействие движений тела с речью в одинаковых, разных и меняющихся темпо-ритмах, базирующиеся на упражнениях моторного типа, заимствованных из темы "Координация движений".

Сочетание движений рук и ног в разных рисунках, направлениях и темпах с логическим текстом разной трудности (таблица умножения, стих).

Сочетание ритмизованной (стихотворной) речи с ритмичным движением, со сменой скоростей и расстояний.

### **Тема 35. Специальный стиливо-пластический тренинг**

Задачи: выработка и освоение пластического языка конкретного спектакля в зависимости от автора, жанра, стилистики, режиссёрского решения и т. д.

**Задание:** Упражнения, развивающие психофизические качества, наиболее востребуемые в данном конкретном спектакле или фильме.

### **Тема 36. Работа над пластикой в ходе репетиций**

Задачи: научить будущего актера опыту осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой партнёров), пространством и предметной средой.

**Задание:** подготовить этюды (1-2)

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.**

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные образовательные технологии:

- аудиовизуальное представление обучающимся с помощью компьютера содержания отдельных тем дисциплины;
- предоставление обучающимся доступа к учебному плану, рабочей программе дисциплины в электронной форме, к электронно-библиотечной системе института, содержащей учебно-методические материалы по дисциплине в электронной форме, к информационным справочным системам, которые используются при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, посредством электронной информационно-образовательной среды института из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»;
- фиксация хода образовательного процесса по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института;
- формирование электронного портфолио обучающегося по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института.

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется следующее лицензионное программное обеспечение:

Word, Excel, PowerPoint;

Adobe Photoshop;

PowerDVD;

MediaPlayerClassic.

**При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются электронно-библиотечные системы:**

Электронно-библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>

Электронно-библиотечная система «Руконт»: <https://rucont.ru/>

Электронная библиотека «Юрайт»: <https://biblio-online.ru/>

Электронно-библиотечная система «Библиороссика»: <http://www.bibliorossica.com/>

Научная электронная библиотека: [https://elibrary.ru/projects/subscription/rus\\_titles\\_open.asp](https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp)

## **10. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия по дисциплине «Сценическое движение» проводятся в следующих оборудованных учебных кабинетах, оснащенных соответствующим оборудованием и программным обеспечением:

| Вид учебных занятий по дисциплине            | Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования и программного обеспечения |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Практические занятия (полу и мелкогрупповые) | аудитории должны быть оборудованы специальным покрытием для возможности работать на полу, музыкальным центром                                           |
| Самостоятельная работа обучающихся           | аудитории должны быть оборудованы специальным покрытием для возможности работать на полу, музыкальным центром                                           |
| Промежуточная аттестация                     | аудитории должны быть оборудованы специальным покрытием для возможности работать на полу, музыкальным центром                                           |

## **11. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.**

При необходимости (при наличии заявления обучающегося с ОВЗ) рабочая программа дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного

процесса лицам с ограниченными возможностями здоровья. Для этого от обучающегося требуется личное заявление (заявление законного представителя).

В заключении ПМПК должно быть прописано:

- рекомендуемая учебная нагрузка на обучающегося (количество дней в неделю, часов в день);
- оборудование технических условий (при необходимости);
- сопровождение во время учебного процесса (при необходимости);
- организация психолого-педагогического сопровождения обучающегося с указанием специалистов.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся при необходимости, могут быть созданы фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

Форма проведения текущей и итоговой аттестации для лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно (на бумаге, на компьютере), в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

Составитель(и):

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО  
по направлению 52.05.01 «Актерское искусство»  
профиль подготовки «Артист драматического театра и кино»  
Автор(ы): Жуков С.Ю.