

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Ярошенко Николай Николаевич

Должность: проректор по учебно-методической деятельности

Дата подписания: 23.07.2026 11:14:29

Уникальный программный ключ:

25cc77c6d2a242799b1569189212ec549db4bb3f

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»**

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

Фонд оценочных средств
по учебной дисциплине

ТРЕНИГИ АКТЕРСКОГО МАСТЕРСТВА

Специальность: 52.05.01 Актерское искусство
Специализация: Артист драматического театра и кино
Квалификация: Артист драматического театра и кино Форма
обучения: очная, заочная

Оглавление

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ, ФОРМИРУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	3
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.....	3
3. ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНИВАНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ.....	4
4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА	9
5. ОЦЕНКА ЗНАНИЙ СТУДЕНТА	35

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ, ФОРМИРУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Компетенция (код и наименование)	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
УК6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	УК-6.1 - Ставит цели и задачи, контролирует их выполнение, своевременно оказывает поддержку и принимает решения, необходимые для реализации идеи, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений УК-6.2 - Демонстрирует понимание важности планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда УК-6.3 - Критически оценивает эффективность использования времени при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата УК-6.4 - Проявляет интерес к саморазвитию и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков	Знать: основы психологии мотивации; способы совершенствования собственной профессиональной деятельности; Уметь: планировать и реализовывать собственные профессиональные задачи с учетом условий, средств, личностных возможностей; выявлять мотивы и стимулы для саморазвития; определять цели профессионального роста; Владеть: навыками саморазвития; навыками планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда
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, соблюдает нормы здорового образа жизни УК-7.2 - Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	Знать: принципы здоровьесбережения; роль физической культуры и спорта в развитии личности и готовности к профессиональной деятельности; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; Владеть: навыками физического самосовершенствования и самовоспитания

	УК-7.3 - Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности	
ПК2. Способен поддерживать свою внешнюю форму и необходимое для творчества психофизическое состояние	ПК-2.1. Управляет своим состоянием с помощью пластического и психофизического тренинга	Знать: возможности и проблемы своего телесного аппарата; основы психологии творчества; основы пластического и психофизического тренинга; Уметь: управлять своим состоянием с помощью психофизического тренинга; поддерживать свою внешнюю форму с помощью пластического тренинга Владеть: навыками пластического и психофизического тренинга
ПК13. Способен проводить актерские тренинги	ПК-13.1. Подготавливает и проводит тот или иной вид актерского тренинга в зависимости от творческой задачи	Знать: теоретические и методологические основы актерских тренингов, используемых на различных этапах обучения; разнообразные формы и способы проведения актерских тренингов Уметь: отбирать и подготавливать тот или иной вид актерского тренинга в зависимости от решаемой на данном этапе обучения педагогической задачи; ориентироваться в многообразии существующих систем актерских тренингов; Владеть: техникой проведения актерских тренингов

4 (5) СЕМЕСТР

Тема: Место и роль тренинга в подготовке актера

Входной контроль: тестирование

Входной контроль осуществляется в форме тестирования с использованием компьютерных технологий, в т.ч. интернет-тестирования (для заочной формы обучения).

1. Тренинг актерского мастерства это-

- А.) способ репетирования актера
- Б.) субъективные чувства
- В.) способ тренировки психофизического аппарата актера

2. Термин «Туалет актера» введен:

- А.) М.Чеховым
- Б.) В.Э. Мейерхольдом
- В.) К.С.Станиславским

3. На каких принципах основывается безопасность проведения упражнений и заданий по предмету:

- А.) на знании нормативных документов, регламентирующих соблюдение техники безопасности
- Б.) на умении грамотно оценить техническое состояние оборудования и помещения для проведения занятий
- В.) на точном выполнении методики проведения упражнений и заданий

4. Понятие "тренинг" от английского:

- А.) интегрировать

Б.)обучать, воспитывать

В.) возводить

5. Упражнение тренинга должно быть доведено до:

А.) автоматизма

Б.) до внутреннего ощущения правды и убедительности действия

В.) виртуальной модели в сознании

6. К основным структурным элементам пластической выразительности актера относятся:

А.) совокупность физических навыков актера

Б.) танец, пантомима, акробатика

В.) тело, голос и ритмопластичность

7. Требование, которое, К.С. Станиславский предъявляет к актеру, заключается в том, чтобы актер искал объекты для своего внимания:

А.) в жизни

Б.) в зрительном зале

В.) на сцене

8. Неоднократное повторение упражнений требует:

А.) точности выполнения

Б.) новых обстоятельств

В.) накопление актерского опыта

9. Групповая сплоченность в тренинге строится на:

А.) длительности проведения тренинга

Б.) совпадении интересов, взглядов, ценностей и ориентации участников группы

В.) включенность тренинга в учебный процесс

10. Актерский тренинг разрабатывает:

А.) тело актера

Б.) психику актера

В.) психофизический аппарат актера

Оценивается: знание методов и принципов обучения в области акт.мастерства

Текущий контроль : письменный опрос

-В творческом дневнике дать развернутые ответы на следующие вопросы:

- Знали ли Вы, до поступления в вуз, об актерском тренинге (что именно)?

-Зачем нужен тренинг актеру?

- Чему Вы, лично, хотите научиться на тренинге.

- Выпишите из разных словарей (психологического, социологического, педагогического и др.) определение понятия «тренинг», сравните их между собой, выделите общее для разных определений.

- Дайте определение терминам: «тренинг», «муштра», «туалет актера».

Оценивается: знание методов и принципов обучения в области акт.мастерства

Тема 2. Принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века
Текущий контроль: Контрольная работа

Дайте ответы на вопросы в творческом дневнике:

В чем заключается природа психофизического воспитания актера;

Какова этапность и становление актерского тренинга в России?

Как философия и психология повлияли на тренинг актерского мастерства;

Какие тренинговые системы вы знаете;

оценивается: умение анализировать и применять различные методы обучения в области актерского мастерства

Тема 3. Внимание как один из компонентов воспитания актера;

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1. В творческом дневнике дать определение внимания из «Психологического словаря». Дать ответы на следующие вопросы: -а) что такое направленность внимания; -б) что такое концентрация внимания; -с) какие существуют виды внимания; - д) почему говорят о кризисе внимания в информационную эпоху.

2. Прочитайте раздел книги К.С. Станиславского «Работа актера над собой» раздел «Творческое внимание» опишите что называется -объектом и субъектом сценического внимания; - кругами сценического внимания; - внимание в жизни и на сцене; - сценическое внимание к воображаемым объектам.

3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на внимание. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику развития.

оценивается: знание теоретических и методологических основ актерских тренингов

Тема 4. Мускульное напряжение и освобождение мышц

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на мускульное напряжение и освобождение мышц. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику развития.

2. В творческом дневнике объясните, как Вы понимаете следующее выражение: «Мысли принимают форму в действии, а действие снова влияет на ум». Дайте определение мускульного напряжения и освобождения мышц. Как влияет мускульный зажим на поведение (в жизни и на сцене).

3. Ознакомьтесь с теорией «мышечного и психологического панциря» Вильгельма Райха. Опишите ее суть. (режим доступа: ru.wikipedia.org/wiki/Райх,_Вильгельм; <https://pro-psixology.ru/sovremennye-psixologicheskie-teorii/81-teoriya-v-rajxa-xarakternyj-myshechnyj-pancir-kak.html>).

оценивается: знание теоретических и методологических основ актерских тренингов

Межсессионный (рубежный) контроль: подготовка к практическому заданию
проведение упражнений по пройденным темам:

- Внимание как один из компонентов воспитания актера;

-Мускульное напряжение и освобождение мышц;

Проведение не менее 3 упражнений на группе.

оценивается: знание теоретических и методологических основ актерских тренингов

Тема 5. Чувство правды и вера

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В творческом дневнике дайте характеристику одной из составляющих компонентов тренинговой системы актера – сценической вере и правде: определение, характеристика, свойства, функции.

2. Выработывайте навык освоения сценической веры актера: найти, вызвать и почувствовать правду и веру (в области тела). В перерывах между занятиями дисциплины

«Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на чувство правды и веры. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику развития.

3. Прочитайте раздел книги К.С. Станиславского «Работа актера над собой» «Чувство правды и вера», составьте конспект раздела.

оценивается: знание теоретических и методологических основ актерских тренингов

Тема 6. Туалет актера как система упражнений разминки и разогрева

Текущий контроль: индивидуальная беседа с преподавателем

Быть готовым рассуждать на следующие темы:

-Работа артиста над развитием и совершенствованием своих профессиональных качеств;

-Задачи ежедневной тренировки, система упражнений, распределений усилий в упражнениях разминки и разогрева;

-Физическая тренировка и техника речи, упражнения на различные элементы (единичные и парные);

- Создание новых упражнений.

оценивается: знание основ педагогики и психологии проведения тренинга

Тема 7. Память ощущений или аффективная память

Входной контроль: проведение упражнений тренингана группе (по назначению преподавателя)

оценивается: умение осуществлять подготовку и проведение учебных занятий актерского тренинга.

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. Дайте определение термину «память». Что такое память зрительная (визуальная), моторная (кинестетическая), звуковая (аудиальная), вкусовая, болевая?

2. Какие Вы знаете мифы, легенды, сказки о памяти. Опишите краткое содержание. Что нового Вы узнали о памяти и как это знание применять в тренинге.

3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на память ощущений или аффективная память. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

оценивается: умение отбирать и подготавливать тот или иной вид актерского тренинга в зависимости от решаемой на данном этапе обучения педагогической задачи .

Тема 8. Воображение и фантазия

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на воображение и фантазию. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

2. Составьте таблицу и выпишите определения, относящиеся к воображению и фантазии; в чем общность и различие; как развивать воображение и фантазию.

3. Что произойдет, если у Вас вырастут крылья. Куда бы Вы полетели? Опишите Вашу фантазию в дневнике.

оценивается: умение отбирать и подготавливать тот или иной вид актерского

тренинга в зависимости от решаемой на данном этапе обучения педагогической задачи

Тема 9. Общение и взаимодействие

Текущий контроль: *выполнение практического задания в творческом дневнике.*

В творческом дневнике опишите результаты наблюдений за людьми (это могут быть ваши однокурсники, друзья, или незнакомые для Вас люди, но с которыми Вы периодически встречаетесь и имеете возможность наблюдать за их поведением). Фиксировать нужно:

1)- краткую характеристику человека: пол, примерный (или точный) возраст, предполагаемое профессиональное занятие, манеру общения (обычную, характеризующую человека).

2)- дату, время и место наблюдения.

3)- ситуацию, в которой находится наблюдаемый.

4)- как человек общается в зависимости от ситуации, с выделением: действенного общения, взаимного общения; прямого и непосредственного общения; косвенного общения; внутреннего и внешнего общения; мысленного (безмолвное молчаливое); общения с партнером; общения с воображаемым объектом.

5)- наблюдение должно продолжаться в течение месяца, ежедневно.

По окончании периода наблюдения перечитайте Ваши записи и напишите: -как изменялось общение у вашего наблюдаемого и почему; - что нового вы для себя открыли в процессе наблюдения; - что из этого наблюдения Вы могли бы взять в практику сценического общения.

оценивается: умение отбирать и подготавливать тот или иной вид актерского тренинга в зависимости от решаемой на данном этапе обучения педагогической задачи

Тема 10. Сценическое действие

Текущий контроль: *выполнение практического задания в творческом дневнике.*

1. В творческом дневнике дайте характеристику следующим понятиям: простое физическое действие; правда физических действий; линия физических действий; логика и последовательность физических действий; действие на сцене; действие в предлагаемых обстоятельствах; действие внутреннее (внешнее) на основании книги К.С. Станиславского «Работа актера над собой».

2. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на сценическое действие. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

3. В творческом дневнике фиксируйте наблюдения за людьми в процессе действий, при этом указывайте:- дату, время и место наблюдения; обстоятельства действия; - характер протекания действия.

оценивается: умение отбирать и подготавливать тот или иной вид актерского тренинга в зависимости от решаемой на данном этапе обучения педагогической задачи

Межсессионный рубежный контроль: тестирование

1). "Основы всей этой реформы, этого Возрождения, этой Революции театра, заложили русские, прирожденные люди искусства, и одна личность – Станиславский" - автор этой цитаты, приведенной в работе С.В.Гиппиус «Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств»:

А) – Б. Брехт

- Б) – Р. Ролан
- С) – П. Ахард.

2). К.С. Станиславский говорил: «Певцам необходимы вокализы, танцовщикам – экзерсисы, а сценическим артистам

- А) – талант
- Б) – гибкая психика
- С) - тренинг и муштра

3). Актерский тренинг воспитывает

- А) – прочные навыки динамических стереотипов повторяемых движений
- Б) – все богатства человеческой – физической и духовной – природы актера
- С) – искусство актерской игры

4). Понятие "тренинг" от английского

- А) – интегрировать
- Б) – обучать, воспитывать
- С) – возводить

5). Тренировать отдельные элементы системы можно только

- А) – повтором
- Б) – действием
- С) - запоминанием

6). Упражнение тренинга должно быть доведено до

- А) – автоматизма
- Б) – до внутреннего ощущения правды и убедительности действия
- С) – воспроизведения в сознании

7). Увидеть – это значит

- А) – понять психофизический процесс восприятия
- Б) – смотреть
- С) - осознать увиденное

8). В упражнении «Рассмотрите предметы» нужно

- А) – увидеть в простых вещах необычное, чудесное, удивительное
- Б) – подключить магическое «если бы»
- С) – настроиться на восприятие

9). Упражнения тренинга на мышечно-двигательные процессы тренируют

- А) – релаксацию
- Б) – внутреннего мускульного контролера
- С) - полное расслабление мышц

10). Неоднократное повторение упражнений требует

- А) – точности выполнения
- Б) – новых обстоятельств
- С) - накопление актерского опыта

- 11). Формула сценического внимания по Станиславскому: «Вижу, что дано, отношусь
А) – как несуществующему
Б) – как задано
С) – как произойдет в момент творческого озарения
- 12). Задача сценического внимания актера
А) – в одинаковой степени держать несколько объектов внимания
Б) – быть поверхностным, быстро переходить с одного объекта на другой
С) - активная сосредоточенность на произвольном объекте в пределах сценической среды
- 13). Элементарной (первичной) формой внимания является внимание
А) – произвольное
Б) – непроизвольное
С) - внутреннее
- 14). Требование, которое, К.С. Станиславский предъявляет к актеру, заключается в том, чтобы актер искал объекты для своего внимания
А) – в жизни
Б) – в зрительном зале
С) - на сцене
- 15). Внимание к объекту вызывает
А) – чувство правды и веры
Б) – расслабление мышц
С)- вызывает естественную потребность что-то с ним сделать
- 16). «Туалет актера» является:
А) индивидуальной разминкой актера
Б) групповой разминкой
С) парной импровизацией
- 17). Термин «Туалет актера» введен:
А) М.Чеховым
Б) В.Э. Мейерхольдом
С) К.С.Станиславским
- 18).Что из ниже перечисленного не является элементом индивидуальной разминки актера:
А) наблюдения
Б) интенсивные физические упражнения
С) коммуникативные упражнения
- 19).Что тренируют упражнения на координацию?
А) воображение и фантазию
Б) мышечный контролер
С) эмоциональную память
- 20).Центр тяжести тела – это:

- А) часть тела, удерживающая его в равновесии
- Б) наиболее зажатая часть тела
- С) центральная часть тела

Тема 11. Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского

Текущий контроль: мини конференция

1. Ознакомьтесь с книгой Л.П.Новицкой «Уроки вдохновения», выпишите тренировочные упражнения (не менее 6 на каждый элемент) и методические указания для их проведения.

2. Определите значение термина «методика» из следующих:

- А) совокупность приемов обучения чему-либо, методов целесообразного проведения некоей работы, процесса, или же практического выполнения чего-либо.
- Б) способ теоретического исследования или практического осуществления чего-либо.
- С) исследовательская стратегия, в которой выполняется целенаправленное наблюдение за неким процессом в условиях регламентированного изменения отдельных характеристик условий его протекания.

В соответствии с выбранным определением опишите суть методики «туалета актера», «тренинга и муштры» К.С. Станиславского.

Оценивается: владение навыками педагогической работы и оценки ее эффективности

Текущая аттестация: контрольный урок

Проведение упражнений тренинга на группе (по назначению преподавателя)*оценивается: умение осуществлять подготовку и проведение учебных занятий актерского тренинга.*

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 4 (5) СЕМЕСТРА – ЗАЧЕТ

На зачет выносятся следующие задания:

- **контрольная работа** межсессионного рубежного контроля-3 темы (на выбор):
 - Тренировочные системы М. Чехова,
 - Биомеханика Мейерхольда,
 - Модели тренинга Гротовского, переработанная и дополненная после замечаний педагога в межсессионный рубежный контроль.
- **ответы на теоретические вопросы:**
 1. Этапность и становление актерского тренинга как способ воспитания и репетирования актера.
 2. Развитие философской и психологической науки и их влияние на совершенствование тренинга актера.
 3. Система Станиславского как первый научный подход к тренингу актера.
 4. Принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века (Станиславский, Мейерхольд, Чехов и др.).
 5. Раскройте понятие «сценическое внимание», назовите упражнения, тренирующие этот элемент воспитания актера.
 6. Раскройте понятие «круги сценического внимания». Какие существуют виды внимания
 7. Дайте определение мышечного контролера. Какие группы мышц Вы знаете.

8. Теория «мышечного и психологического панциря» Вильгельма Райха.
 9. К.С. Станиславский о сценической (художественной) правде.
 10. Раскройте понятие правда физических действий; линия физических действий; логика и последовательность физических действий.
 11. Проведите анализ предлагаемых обстоятельств экзамена.
 12. Воображение и фантазия; в чем общность и различие.
 13. К.С. Станиславский о внутреннем видении; примеры упражнений.
 14. Дайте характеристику следующим понятиям: вереница видений; актерское видение; внутреннее видение; видение роли.
 15. Дать определения грациям темпоритмов; как и почему происходит переключение темпоритма.
- проведение одного из упражнений** курса на группе; упражнение выбирает преподаватель из письменной работы студента или из творческого дневника студента

5 (6) СЕМЕСТР

Тема 12. Тренинговые системы М. Чехова

Входной контроль: письменный опрос

- опишите как вы проводите туалет-настройку перед занятиями
 - что входит в понятие «тренинг и муштра»
 - если бы вы преподавали актерское мастерство в театральном классе, как бы вы построили урок на тему «туалета актера»
 - на основании чего можно оценить готовность студента/актера к занятию по актерскому мастерству/репетиции
- оценивается владение навыками педагогической работы и оценки ее эффективности*

Текущий контроль: решение практических заданий

1. Прочитайте работу: Чехова М. Литературное наследие в 2т., Т.2. Составьте конспект по следующему плану:
 - Первый способ репетирования (воображение и внимание).
 - Второй способ репетирования (атмосфера).
 - Третий способ репетирования (индивидуальные чувства, действия с определенной окраской).
 - Четвертый способ репетирования (психологический жест).
 - Пятый способ репетирования (воплощение образа и характерность).
 - Шестой способ репетирования (импровизация).
 2. Составьте тренинг в терминах М. Чехова
 3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы М. Чехова. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.
- оценивается: умение анализировать и применять различные методы обучения в области актерского мастерства*

Тема 13. Биомеханика Мейерхольда

Текущий контроль: решение практических заданий

1. В творческом дневнике опишите наиболее запомнившиеся упражнения тренинговой системы В. Мейерхольда; специфические термины и их расшифровку.
2. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства»

проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы В. Мейерхольда. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

3. Прочитайте статью Е.Е. Кузиной и И.Р. Сакаева «Апология биомеханики» //Петербургский Театральный журнал, 2009 №2(56) //электронный ресурс: код доступа: <http://ptj.spb.ru/archive/56/spb-jam-56/apologiya-biomexaniki/>, посвященную тренинговым упражнениям В. Мейерхольда. Проведите упражнения, описанные в статье. В творческом дневнике отражайте дату проведения упражнений, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

оценивается: умение анализировать и применять различные методы обучения в области актерского мастерства

Тема 14. Модели тренинга Грозовского

Текущий контроль: решение практических заданий

В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы Е. Грозовского. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

оценивается: умение анализировать и применять различные методы обучения в области актерского мастерства

Межсессионный рубежный контроль: контрольная работа на тему (на выбор)

-Тренинговые системы М. Чехова

-Биомеханика Мейерхольда

-Модели тренинга Грозовского

В работе раскрывается заданное понятие; приводится комплекс упражнений, игр и этюдов проводимых на занятиях в течении семестра (не менее 10).

оценивается: умение анализировать и применять различные методы обучения в области актерского мастерства

Тема 15. Композиция

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В творческом дневнике, пользуясь словарями, дайте определение композиции. Как используется композиция в разных видах искусств. Нужно ли понятие «композиции» актеру, как оно используется.

2. Выполните следующие задания:

- А) Равновесие. Используя белую и черную бумагу приготовим четыре черных квадрата и четыре плоскости (белых). Используя черные квадраты и заданную белую плоскость, решим одну из важнейших композиционных задач — добьемся композиционного равновесия (баланса) белого и черного. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- Б) Динамика. Квадраты нужно заставить «двигаться» на листе бумаги. Воспользуемся черным листом, а квадраты и прямоугольники вырежем из белой бумаги. Поместим белый квадрат или прямоугольник под углом к черной плоскости. Белый квадрат или прямоугольник благодаря своему расположению рождает ощущение движения. Вводя в композицию дополнительные элементы, можно усилить ощущение движения, а можно, наоборот, «остановить» движение. При наклоне всей формы относительно заданной

плоскости или поверхности земли она приобретает еще большую динамику. Это задание надо выполнять, постоянно сравнивая динамику с равновесием, тогда впечатление движения будет нагляднее. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- С) Композиционная доминанта. Если изображение (или предмет) воспринимается как единое и неделимое целое, явно не распадается на отдельные самостоятельные части, то налицо целостность, внутреннее единство, как первый признак композиции. Неделимость композиции художественного произведения складывается из так называемой конструктивной идеи, которая способна объединить в одно целое все компоненты композиции. Одной из конструктивных идей может стать композиционная доминанта, то есть выделение в композиции главного элемента. В театре принято говорить, что короля играет его свита. В композиции тоже есть свои «короли» и окружающая их «свита», как солирующие инструменты и оркестр. Связь элементов композиции становится органичнее и понятнее, если в ней имеется главный элемент — центр композиции, вокруг которого на художественной основе объединяются остальные. На главный элемент композиции — доминанту — устремляется в первую очередь взгляд зрителя. Элементами композиции выберем квадраты, прямоугольники, линии, круг. Сделаем круг смысловым, конструктивным центром композиции. Центр, фокус композиции, ее главный элемент может быть и на ближнем плане, и на дальнем, может оказаться на периферии или в середине — это не важно, главное, что второстепенные элементы «играют короля», они подводят взгляд к кульминации композиции. Выполняем в технике коллажа (цветная бумага, вырезки из газет и журналов).

- Д) Симметрия. «Симметрия» в переводе с греческого означает «соразмерность». Симметрия с древних времен считалась одним из условий красоты. Древние греки полагали, что Вселенная симметрична просто потому, что симметрия прекрасна. Идея симметрии часто являлась отправным пунктом в гипотезах и теориях ученых прошлых веков, веривших в математическую гармонию мироздания. Понятие симметрии не ограничивается симметрией объектов. Выполним симметричную композицию, используя несколько квадратов. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- Е) Асимметрия. Асимметрия позволяет добиться динамичности, напряженности композиции, не теряя гармонии целого. При использовании асимметрии композиция становится выразительнее, интереснее. При асимметрии ось или плоскость симметрии отсутствует.

Если симметричная форма воспринимается легко и сразу, то асимметричная читается постепенно. Главное условие целостности асимметричной композиции — это ее уравновешенность. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- Ж) Метр и ритм. Для выполнения метрической композиции вырежем черный прямоугольник, а элементами композиции будут линии или точки. Роль линии будут играть бумажные полоски разной ширины, заготовленные с помощью резака. Точки — разного диаметра окружности. Надо помнить о том, что линия может делить пространство, а может его объединять. Можно выполнить метрическую композицию, используя только круги и точки. Усложнив задание создайте эмоционально-образную композицию, используя чередование элементов и пространства, на любую из тем: «Шум дождя», «Тишина сумерек», «Суматоха», «Одиночество бегуна на длинные дистанции», «Жаркая музыка карнавала», «Нежное дыхание щенка», «Крик», «Полет» и т.д.. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

Среди композиционных закономерностей следует выделить группу средств, объединяемую понятием ритм. Ритм можно воспринимать не только на слух, но и зрительно. Понаблюдайте за чередованием света и теней во время движения, да просто за движением часовой стрелки. Однако ритм свойственен не только движению, но и статическому

предмету. Посмотрите на ряды парт в классе, на чередование оконных проемов и стен в коридорах школы. Ритм, благодаря повторам элементов, создает впечатление условного движения.

Чередование изобразительных элементов и свободных пространств, их частота, сгущенность и разреженность называются ритмом. Ритм может быть спокойным и беспокойным, направленным в одну сторону или сходящимся к центру, направленным как по горизонтали, так и по вертикали. Чередовать можно элементы, объемы, цветовые пятна, какие-либо детали и др. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

3. Проведите групповое упражнение на общих занятиях. Руководит игрой «Мастер композиции», он должен составить свой вариант выполнения упражнений из данных «элементов». Самое простое — все стоят в шеренге по росту, через одного приседают, каждый четвертый поднимает руки вверх и т.д. Это простой метрический ряд. Для более сложного ритма подключаем пространство: каждый второй делает шаг вперед или назад, студенты могут по-разному сцепить руки, потом в ход могут идти стулья — кто-то на них сядет и пр. В упражнение должна быть вовлечена вся группа. В творческом дневнике опишите, как прошло упражнение. Дайте оценку.

оценивается: умение отбирать и подготавливать тот или иной вид актерского тренинга в зависимости от решаемой на данном этапе обучения педагогической задачи

Тема 16. Атмосфера

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. А.Д. Попов в работе «Спектакль и режиссер» определяет атмосферу как ДИНАМИЧЕСКОЕ ПОНЯТИЕ: «...атмосфера - понятие динамическое, а не статическое, она меняется в зависимости от перемены предлагаемых обстоятельств и событий». Как Вы объясните эту цитату? Приведите пример, как вы определяете атмосферу событий вашего персонажа (роли) в студенческих работах, через что вы ее создавали, как она менялась от события к событию.

2. Сделайте конспект главы об атмосфере книги М. Чехова «Литературное наследие» 2т., выпишите тренинговые упражнения.

3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на атмосферу. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

оценивается: владение техникой проведения актерских тренингов

Межсессионный рубежный контроль: письменный опрос

- Тренинговые системы М. Чехова: психологический жест (ПЖ); индивидуальный жест; общий жест; жест раскрытия; жест закрытия; практическое применение ПЖ; фантастический ПЖ; ПЖ роли; ПЖ отдельных моментов роли; ПЖ отдельной сцены;

- Биомеханика Мейерхольда: построение движений; уровни построения движений; коррекция автоматизма; разновидности движений- двигательный навык; построение двигательного навыка.

- Модели тренинга Гроувского: импульсы; индивидуальные импульсы; область начала импульса; точка начала импульса; высвобождение тела; развитие целостности актера; тело-жизнь; тело-память; разблокировка тела-памяти; тренинг как постоянный опыт.

Тема 17. Характерность

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1. В творческом дневнике проанализируйте (на основании видеозаписи) один из

творческих показов курса. Проведите анализ (самой запомнившейся Вам роли) и опишите, за счет чего создавалась характерность. Что Вы понимаете под характером и характерностью.

2. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на характерность. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

оценивается: владение техникой проведения актерских тренингов

Тема 18. Событие

Текущий контроль: *выполнение практического задания в творческом дневнике.*

1. В творческом дневнике дайте определение театрального события. Проведите упражнения на события пьесы, события персонажа, события актера, событие зрителя. Проанализируйте их. Поменялось ли ваше определение театрального события.

2. На творческих занятиях по актерскому мастерству и режиссуре провести тренинг - разминку. В отчете указать: программу тренинга, порядок упражнений, методику проведения, оценку проведения. Когда, при каких обстоятельствах проведенная вами разминка может стать событием (для вас, для участников, для зрителей).

3. Опишите события для вашей группы (за последний год). Разыграйте их. Проанализируйте сделанное.

оценивается: владение техникой проведения актерских тренингов

Тема 19. Основы построения мизансцен

Текущий контроль: *выполнение практического задания в творческом дневнике*

1. В творческом дневнике проанализируйте (на основании видеозаписи) одно из занятий по предмету «Театральные тренинги». Каким из мизансцен можно дать характеристику (и почему) точная мизансцена тела; выразительная мизансцена; композиция мизансцены; центр мизансцены тела; ракурс мизансцены; графика мизансцены; типы групповых и индивидуальных мизансцен (изобразить графически).

2. Прочитайте книгу Ю. Мочалова «Композиция сценического пространства». Выпишите определение основных разновидностей мизансцен.

3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на оправдание мизансцен и др., соответствующей тематики. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

оценивается: владение техникой проведения актерских тренингов

Тема 20. Импровизация

Текущий контроль: *выполнение практического задания в творческом дневнике.*

Проведите упражнения:

- Наметьте исходный и заключительный моменты для своей импровизации. Они должны быть точны и просты. Например: вы быстро встаете с места и твердо произносите «Да!». В конце вы безвольно опускаетесь на стул и говорите «Нет!». Всю среднюю часть, весь переход от исходного момента к заключительному вы импровизируете. Не придумывайте заранее оправданий вашим действиям, не берите никакой определенной темы, но, отдавшись впечатлению от вашего же собственного движения и слова (исходный момент), свободно, с доверием к себе начните играть то, что подскажет вам ваше подсознание. Пусть каждый последующий момент будет психологическим следствием предыдущего. Так, не имея заранее намеченной темы, вы продолжаете импровизировать, продвигаясь от начала к

намеченному вами концу. Все, что вы делаете при этом, приходит целиком из области вашего творческого подсознания и является неожиданностью для вас самого.

-Подобно живописцу, наносящему рисунок и цветовые пятна на белый холст, каждый из нас может рисовать, но рисовать необычно — звуком, мелодией, ритмом, звуковыми сочетаниями.

- Попробуйте совместное "рисование звуком". В процессе импровизации вы можете меняться инструментами, можете перехватывать и брать на себя солирование, слушать сочетаемость инструментов — все, что позволяет вам фантазия. Главное — не разрушить пространство заданной темы, заданного сюжета. Научитесь идти за звуком, раствориться в нем, подчиниться звуку. Опишите в дневнике Ваши ощущения.

-Соберите информацию по «Контактной импровизации». Составьте тренинг по контактной импровизации.

оценивается: владение техникой проведения актерских тренингов

Межсессионный рубежный контроль: тестирование

1). "Основы всей этой реформы, этого Возрождения, этой Революции театра, заложили русские, прирожденные люди искусства, и одна личность – Станиславский" - автор этой цитаты, приведенной в работе С.В.Гиппиус» Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств»:

А) – Б. Брехт

Б) – Р. Ролан

С) – П. Ахард.

2). К.С. Станиславский говорил: «Певцам необходимы вокализы, танцовщикам – экзерсисы, а сценическим артистам

А) – талант

Б) – гибкая психика

С) - тренинг и муштра

3). Актерский тренинг воспитывает

А) – прочные навыки динамических стереотипов повторяемых движений

Б) – все богатства человеческой – физической и духовной – природы актера

С) – искусство актерской игры

4). Понятие "тренинг" от английского

А) – интегрировать

Б) – обучать, воспитывать

С) – возводить

5). Тренировать отдельные элементы системы можно только

А) – повтором

Б) – действием

С) - запоминанием

6). Упражнение тренинга должно быть доведено до

А) – автоматизма

Б) – до внутреннего ощущения правды и убедительности действия

С) – воспроизведения в сознании

7). Увидеть – это значит

А) – понять психофизический процесс восприятия

Б) – смотреть

С) - осознать увиденное

8). В упражнении «Рассмотрите предметы» нужно

А) – увидеть в простых вещах необычное, чудесное, удивительное

Б) – подключить магическое «если бы»

С) – настроиться на восприятие

9). Упражнения тренинга на мышечно-двигательные процессы тренируют

А) – релаксацию

Б) – внутреннего мускульного контролера

С) - полное расслабление мышц

10). Неоднократное повторение упражнений требует

А) – точности выполнения

Б) – новых обстоятельств

С) - накопление актерского опыта

11). Формула сценического внимания по Станиславскому: «Вижу, что дано,

отношусь

А) – как несуществующему

Б) – как задано

С) – как произойдет в момент творческого озарения

12). Задача сценического внимания актера

А) – в одинаковой степени держать несколько объектов внимания

Б) – быть поверхностным, быстро переходить с одного объекта на другой

С)- активная сосредоточенность на произвольном объекте в пределах сценической

среды

13) Элементарной (первичной) формой внимания является внимание

А) – произвольное

Б) – непроизвольное

С)- внутреннее

14). Требование, которое, К.С. Станиславский предъявляет к актеру,

закключается в том, чтобы актер искал объекты для своего внимания

А) – в жизни

Б) – в зрительном зале

С)- на сцене

15). Внимание к объекту вызывает

А) – чувство правды и веры

Б) – расслабление мышц

С)- вызывает естественную потребность что-то с ним сделать

16). «Туалет актера» является:

А) индивидуальной разминкой актера

Б) групповой разминкой

С) парной импровизацией

17). Термин «Туалет актера» введен:

А) М.Чеховым

Б) В.Э. Мейерхольдом

С) К.С.Станиславским

18).Что из ниже перечисленного не является элементом индивидуальной

разминки актера:

А) наблюдения

Б) интенсивные физические упражнения

С) коммуникативные упражнения

19).Что тренируют упражнения на координацию?

А) воображение и фантазию

Б) мышечный контролер

С) эмоциональную память

20). Центр тяжести тела – это:

А) часть тела, удерживающая его в равновесии

Б) наиболее зажатая часть тела

С) центральная часть тела

21). Актерский тренинг – это:

А) способ тренировки психофизического аппарата актера

Б) способ заучивания текста роли

С) физические упражнения

22). Устойчивое внимание тренируется при помощи:

А) воображения и магического «если бы»

Б) физического напряжения и усилия

С) дискуссий и рассуждений

23). Сценическое внимание связано с:

А) Личными переживаниями

Б) Техническими задачами

С) Сосредоточенностью на действии самой пьесы

24). Сценическая атмосфера - это:

А) газообразная оболочка, окружающая актера и связанная с химическим составом воздуха и влажностью

Б) окружающие условия, обстановка, связанная с отношениями между людьми

С) характер эмоциональной жизни актера, связанный с эмоциональным зерном пьесы

25). Что тренируют упражнения на координацию

А) воображение и фантазию

Б) мышечный контролер

С) эмоциональную память

26). Что такое ПЖ в системе тренинга М.Чехова

А)- первичный жест

Б)- повторный жест

С) - психологический жест

27). В системе тренинга М.Чехова атмосфера – это:

А) - состояние

Б) действие, процесс

С) субъективное чувство

28). Основной принцип биомеханики Мейерхольда:

А)- в работе участвует все тело

Б) - в работе участвует часть тела

С) - в работе участвует несколько частей тела

29). Тренинг по системе К.С. Станиславского ведет

А) - от подсознательного к сознательному

Б)- от сознательного к подсознательному

С) – от подсознания к рефлексии

30) Возбудитель актерского существования в процессе создания образа

А) - эмоции

Б) - цепь физических действий, физическая акция на сцене

С)- сверхзадача спектакля

оценивается: владение техникой проведения актерских тренировок

Тема 21. Основные приемы ведения тренинга

Текущий контроль: *выполнение практического задания в творческом дневнике.*

- В творческом дневнике проанализируйте (на основании видеозаписи) один из тренингов. Определите приемы ведения тренинга. Проанализируйте психогимнастические упражнения, игровые методы. Определите этапы групповой дискуссии.

- В творческом дневнике расшифруйте функции ведущего тренинга.

- Прочитайте, что Вы писали о тренинге на первых занятиях. Изменились ли Ваши представления. Что вам дал предмет. Ваши пожелания для совершенствования курса.

оценивается: владение методикой преподавания профессиональных дисциплин в области актерского искусства (актерский тренинг)

Тема 22. Ведущий тренинга

Текущий контроль: *Проведение упражнений тренинга на группе*

Проведение тренинговых упражнений по пройденным темам (2 упражнения)

оценивается: умение осуществлять подготовку и проведение учебных занятий

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 5 (6) СЕМЕСТРА – ЭКЗАМЕН

Экзамен состоит из 2-х заданий:

- **Вопросы теоретического теста по предмету:**

1. Актерский тренинг – это:

- а) способ тренировки психофизического аппарата актера
- б) способ заучивания текста роли
- в) физические упражнения

2. Актерский тренинг разрабатывает:

- а) тело актера
- б) психику актера
- в) психофизический аппарат актера

3. «Туалет актера» является:

- а) индивидуальной разминкой актера
- б) групповой разминкой
- в) парной импровизацией

4. Термин «Туалет актера» введен:

- а) М.Чеховым
- б) В.Э. Мейерхольдом
- в) К.С.Станиславским

5. Что из ниже перечисленного не является элементом индивидуальной разминки актера:

- а) наблюдения
- б) интенсивные физические упражнения
- в) коммуникативные упражнения

6. Что тренируют упражнения на координацию?

- а) воображение и фантазию
- б) мышечный контролер
- в) эмоциональную память

7. Роль «Внутреннего мускульного контролера» состоит в том, чтобы:

- а) снимать излишнее мышечное напряжение

б) следить за тем, чтобы мышцы были совершенно свободны

в) держать мышцы в максимальном напряжении

8. Центр тяжести тела – это:

а) часть тела, удерживающая его в равновесии

б) наиболее зажатая часть тела

в) центральная часть тела

9. Одним из путей к овладению импровизационным самочувствием является:

а) практическое освоение элементов системы К.С.Станиславского

б) релаксация

в) медитация

10. Что является сценическим вниманием?

(Тренинг по системе К.С.Станиславского)

а) рассматривание объектов сцены

б) слежение за игрой партнера

в) сосредоточение на каком-либо объекте сцены или вне сцены

11. Устойчивое внимание тренируется при помощи:

(Тренинг по системе К.С.Станиславского)

а) воображения и магического «если бы»

б) физического напряжения и усилия

в) дискуссий и рассуждений

12. Сценическое внимание связано с:

(Тренинг по системе К.С.Станиславского)

а) Личными переживаниями

б) Техническими задачами

в) Сосредоточенностью на действии самой пьесы

13. Сценическая атмосфера - это:

(Тренинг по системе К.С.Станиславского)

а) газообразная оболочка, окружающая актера и связанная с химическим составом воздуха и влажностью.

б) окружающая условия обстановка, связанная с отношениями между людьми

в) характер эмоциональной жизни актера, связанный с эмоциональным зерном пьесы.

14. Что такое ПЖ в системе тренинга М.Чехова?

а) первичный жест

б) повторный жест

в) психологический жест

15. В системе тренинга М.Чехова атмосфера – это:

а) состояние

б) действие, процесс

в) субъективное чувство

16. Основной принцип биомеханики Мейерхольда:

а) в работе участвует все тело

б) в работе участвует часть тела

в) в работе участвует несколько частей тела

17. Основным принципом тренинга Е. Гроувского является:

а) развитие целостности актера (спонтанный поток тела, воплощенный в точных и конкретных деталях)

б) развитие различных самостоятельных частей: уроки гимнастики, вокала и т.д.

18. Кто из нижеперечисленных деятелей в результате своих исканий «открыл», что помимо известных резонаторов (таких как «маска», грудной, головной) существует

множество резонаторов, обычно не используемых актерами, таких как затылочный, брюшной, челюстной, позвоночный, тотальный?

- а) М.Чехов
- б) Е.Гротовский
- в) Дель-Сарт

19. Упражнения, основанные на принципах Контактной импровизации, направлены на:

- а) развитие индивидуальных качеств актера
- б) развитие навыков взаимодействия и партнерства
- в) обучение сольной импровизации

20. Одним из основных элементов Контактной импровизации является:

- а) работа с предметом
- б) акробатика
- в) работа с весом партнера

21. Цветовой игро-тренинг (работа с икебаной) предполагает выражение ощущений в:

- а) звуке
- б) движении
- в) звуке и движении

Ключ к вопросам:

1а, 2в, 3а, 4в, 5в, 6б, 7а, 8а, 9а, 10в, 11а,
12в, 13в, 14в, 15б, 16а, 17а, 18б, 19б, 20в, 21в.

- **Выполнение тематического комплекса упражнений тренинга**, составленного студентом (демонстрация навыка проведения тренинга на группе и участие в тренингах сокурсников) на тему тренинговых форм подготовки актера(тренинговые системы К.С. Станиславского, М. Чехова, В. Мейерхольда).

Критерии оценок

-5 **ОТЛИЧНО**- студент полно излагает изученный материал, даёт правильное определение специализированных понятий языковых понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

-4 **ХОРОШО** - студент демонстрирует прочные теоретические знания, владеет терминологией, логично и последовательно объясняет сущность, явлений и процессов, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью, но при этом делает несущественные ошибки, которые быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем.

- 3 **УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО** - студент демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов, недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает не достаточно свободное владение монологической речью, терминологией, логичностью и последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

-2 **НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО** - студент демонстрирует незнание теоретических основ предмета, несформированные навыки анализа явлений и процессов, не умеет делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает слабое владение монологической речью, не владеет терминологией, проявляет отсутствие логичности и последовательностью изложения, делает ошибки, которые не может исправить даже при

коррекции преподавателем, отказывается отвечать на занятии.

При неисполнении или неудовлетворительном исполнении обучающимися контрольных мероприятий и не ликвидации ими задолженности по текущему контролю в освоении программы дисциплины, преподаватель дисциплины, принимающий итоговый зачет или экзамен (а также члены комиссии), вправе проверить уровень освоенных компетенций вопросами и заданиями по курсу дисциплины сверх задания экзаменационного билета.

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.
--