

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Воронежский государственный институт искусств»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.10 «АКТЕРСКАЯ ПЛАСТИКА»

Направление подготовки: 53.03.03 Вокальное искусство

Профиль подготовки: «Академическое пение»

Квалификация выпускника: Концертно-камерный певец. Преподаватель.

Форма обучения: очная

Факультет музыкальный

Кафедра вокального искусства

Воронеж
2025

Настоящая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 53.03.03 Вокальное искусство (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Минобрнауки России от 14.07.2017 г. № 659 и составлена на основании учебного плана по направлению подготовки 53.03.03 Вокальное искусство (направленность подготовки «Академическое пение»).

Разработчик:

Подкопаев М.И.,	профессор кафедры вокального искусства ВГИИ	_____
Смольянинова А.Ю.,	преподаватель кафедры вокального искусства ВГИИ, педагог-репетитор Воронежского государственного театра оперы и балета	_____

СОДЕРЖАНИЕ

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	4
3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ИНДИКАТОРАМИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	4
4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	5
4.1 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	5
4.2 РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ ЗАНЯТИЙ	5
4.3 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ (МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ)	9
6 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ	12
6.1 ВИДЫ И СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	12
7 ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМАМ И СОДЕРЖАНИЮ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	14
7.1 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА РУБЕЖНОГО КОНТРОЛЯ (2 СЕМЕСТР)	14
7.2 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА РУБЕЖНОГО КОНТРОЛЯ (ТЕСТОВЫЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ - 3 СЕМЕСТР)	ОШИБКА! ЗАКЛАДКА НЕ ОПРЕДЕЛЕНА.
7.3 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ	15
7.4 КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ	15
8 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	16
9 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОБУЧЕНИЮ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	16
10 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	16
10.1 ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА	16
10.2 ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА	17
11 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	17
12 ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	17

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины – воспитать комплекс профессионально-прикладных навыков и умений, обеспечивающих точность, конкретность и выразительность пластики будущего актера-вокалиста; развить возможности пластического аппарата, исправить его внешние недостатки; развить необходимые психические и психофизические качества — волю, внимание, память, смелость, решительность, быстроту реакции, ловкость, ритмичность и музыкальность движений.

Задачи изучения дисциплины:

- овладение пластической выразительности своего тела;
- воспитание чувства времени и пространства;
- освоение действенного жеста;
- освоение навыков существования в сценическом пространстве в определенном темпо-ритме.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Актерская пластика» входит в состав части Блока 1 «Дисциплины (модули)», формируемой участниками образовательных отношений ОПОП ВО по направлению подготовки 53.03.03 Вокальное искусство. Она непосредственно связана с такими дисциплинами как «Танец, сценическое движение», «Физическая культура», «Основы актерского мастерства» «Оперный класс».

3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ИНДИКАТОРАМИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Код компетенций	Наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-3	способен создавать художественный образ в музыкальном спектакле на основе замысла постановщиков (дирижера, режиссера) в условиях сценического представления, концерта, совмещая профессиональное пение с актерской и пластической выразительностью	ПК-3.1 Демонстрирует знание принципов актерской игры на оперной сцене, управления жестом, мимикой, интонацией голоса. ПК-3.4 Выполняет постановочные музыкальные и сценические задачи, органично соединяя в сценическом движении музыкальный материал и пластику.	Знает: основные понятия классического танца, особенности характерного танца, основы историко-бытового танца; Умеет: органично соединять в сценическом движении музыкальный материал и пластику; Владеет: навыками работы со сценическим реквизитом, аксессуарами и деталями театрального костюма; профессиональной терминологией

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоёмкость в часах	Трудоёмкость в часах
		3 семестр
<i>I</i>	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий), всего:	32	32
Аудиторная работа (всего):	32	32
в том числе:		
Лекции		
Семинары		
Практические занятия (всего):	32	32
в том числе		
<i>групповые</i>	32	32
<i>мелкогрупповые</i>		
<i>индивидуальные</i>		
Внеаудиторная работа (всего):		
в том числе:		
индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:		
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем (<i>указать конкретный вид учебных занятий</i>)		
Творческая работа (эссе, реферат)		
Самостоятельная работа	40	40
Экзамены		
Вид промежуточной аттестации: зачет (З) или экзамен (Э)		зачёт
ИТОГО: общая трудоёмкость	часов	72
	ЗЕТ	2

4.2 Разделы дисциплины и виды занятий

№ №	Наименование разделов и тем	Всего часов трудо-емкости	Аудиторная работа					СРС
			Лекции	Семинары	Практические			
					Групповые	Мелко-групповые	Индивидуальные	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	1. Овладение психофизическим тренингом. 1.1. Исправление недостатков осанки и походки.	28			2			4

2	1.2. Развитие двигательной памяти	14			4			4
3	2. Развитие ритмичности и «музыкальности» пластики.	40			10			6
4	3. Развитие гибкости, подвижности и выразительности рук 3.1. Тренаж пластической выразительности рук.	28			2			4
5	3.2. Развитие действенной выразительности рук	6			2			6
6	4. Сценические падения.	4			4			2
7	5. Линия и форма движения (скульптурность в сценическом действии).	10			4			8
8.	6. Невербальные компоненты общения	6			4			6
ИТОГО		72			32			40

4.3 Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование разделов и тем	Содержание раздела в дидактических единицах
1	2	3
1	1. Овладение психофизическим тренингом. 1.1. Исправление недостатков осанки и походки.	Физические и психофизические особенности тела. Выявление индивидуальных проблем. Разработка стратегии исправления физических и психофизических недостатков, врожденных, ухудшающих или отягощающих внешние данные актера, мешающих ему выявлять себя в ярких выразительных сценических формах или маскировка (смягчение) тех из них, которые не могут быть устранены. Коррекция осанки при помощи разнообразных физических упражнений, массажа и т.д. Коррекция осанки при помощи технических приспособлений: поясов, воротников, жилетов для восстановления правильных изгибов позвоночника, шеи. Воспитание правильной осанки. Упражнения на ощущение и проверку правильного расположения частей тела. Комплексы гимнастических упражнений с предметами (палкой, обручем), без предметов, на полу (стоя, сидя, на коленях, лежа); комплексы упражнений с использованием шведской стенки, скамейки, па стуле и со стулом и т. д. <i>Возможные коррекции:</i> 1) восстановление натуральных физиологических изгибов позвоночника – исправление изгиба шеи, плоской, круглой, седлообразной спины, боковых искривлений позвоночника; 2) устранение отклонений в положении плечевого пояса – крыловидных лопаток, разновысоких плеч; 3) установление правильного баланса напряжений мышц, обуславливающих изгибы позвоночника и положение связанных с ним частей тела. Формирование правильной походки. Техника правильной походки. Ходьба на носках, на пятках; ходьба вперед, назад, в разные стороны, с поворотами, без поворотов; медленная, быстрая, нормальная и т. д.; индивидуальная походка: импровизация под музыку. Ходьба с творческой задачей – выработка характерной походки.

		<i>Возможные коррекции:</i> устранение жесткого удара пяткой о землю, приземления ноги на всю стопу, приземления стопы с носка, шлепанья стопой, подпрыгивания, ходьбы на согнутых ногах, шаркающей походки, куцега шага, «загребаящего» шага, вихляния бедрами, нарушения перекрестной организации движений, излишнего усиления перекрестной координации за счет движения плеч, косолапости, чрезмерной выворотности ног, излишнего напряжения мышц корпуса, вялости мышц корпуса, излишне активных движений рук, вялых движений рук и т.д. Развитие и воспитание психических качеств: воли (решительность, настойчивость, инициативность), внимания, памяти (двигательная, образная, эмоциональная и словесно-логическая); психофизических качеств: скорости, выносливости, ловкости. Организация и подготовка двигательного аппарата к физическим нагрузкам и совершенствование естественных видов движения (ходьба, бег, прыжки, пробежки), стимулирование физиологических функций организма, развитие силы ног, их пружинности; воспитание правильной осанки. Разминка с использованием упражнений на приобретение гибкости тела и подвижности суставов. Управление мышечным напряжением: расслабление с помощью массажа, встряхивания, расслабление с помощью раскачивания рук, ног, головы и корпуса; переливание напряжений и расслабления из одних мышц в другие; выработка волевого контроля за мышечным напряжением; снятие излишних напряжений. Упражнения на мышечное освобождение. Аутогенная тренировка. Приемы психической саморегуляции. Укрепление дыхательного аппарата (тренинг). Укрепление дыхательной мускулатуры. Повышенная устойчивость дыхания при физических нагрузках. Освобождение тела от излишнего напряжения мышц, дающее дыхательному аппарату необходимую настройку. Укрепление мускулатуры дыхательного аппарата; развитие подвижности, гибкости, выносливости мышц, участвующих в дыхании. Координация дыхания с простейшими «движениями». Использование дыхательных упражнений в статике – лежа, сидя, стоя, в движении.
2	1.2. Развитие двигательной памяти, рече-двигательной координации	Тренировка многоплоскостного внимания, двигательной памяти, совершенствование ритмичности, регулирование мышечных напряжений (преодоление «зажима») в упражнениях на развитие рече-двигательной координации: 1. Сочетание движений рук и ног в разных рисунках, направлениях и темпах с логическим текстом разной трудности (таблица умножения, стих). 2. Сочетание ритмизованной (стихотворной) речи с ритмичным движением, со сменой скоростей и расстояний. 3. Ритмическое совпадение и несовпадение движений и речи. Движения сидя – речь громко. Тихая речь – мелкие движения. Переход от громкой речи к шепоту, и наоборот, при сохранении темпа. Соединение в едином сценическом действии речи или пения и движения тела в одинаковых, разных и меняющихся по ходу исполнения темпо-ритмах. 3. Координация движений с пением. Сочетание разных ритмических рисунков и разных темпов в движении и пении. Сочетание пения с танцевальным движением и с ритмичным движением. 4. Упражнения, исполняемые по внезапному сигналу, – сочетания речи с движением, усложненные условием прекращать и возобновлять движение или речь по сигналу, подаваемому

		преподавателем в любой момент. Упражнения на сочетание движений рук и ног в разных скоростях и направлениях с чтением текстов. Сочетание стихотворной речи с аритмичным движением и сменой скоростей в меняющемся пространстве. Сочетание движений – как простых (ходьба, прыжки), так и танцевальных движений (притопы, танцевальные шаги) с пением: разные ритмические рисунки в разных темпах движения и пения, а также комбинации пения с аритмичным движением.
3	2. Развитие ритмичности и «музыкальности» пластики.	Ритмичность как способность к верному распределению движений тела во времени и пространстве в зависимости от поставленной задачи каждому отдельному движению: темп, амплитуда (размер) и окраска. Работа над темпом. Работа над ритмом. Взаимодействие с музыкой. Пробуждение «музыкальности» тела, его «внутреннего слуха». Понятия «такт», «музыкальный акцент». Варианты взаимодействия с музыкой Отработка в упражнениях координации, внимания, скорости, темпо - ритма и музыкальности движений. Практическое освоение сложных ритмических рисунков, полиритмии и т. д. в упражнениях под музыку (хлопки, шаги, прыжки) и танцевальных элементах современных танцев. Виды движений, шагов, прыжков, вращений в различных манерах и стилях современного танца. Сочетание хлопков и шагов в различном ритмическом рисунке; изменение темпа и ритма движения (навык быстрого и точного переключения); выявление метра движениями различных частей тела (стоя на месте и в движении); воспроизведение усложненного ритмического рисунка, включая паузы, синкопы, триоли. Сочетание движения со словом в ритмическом рисунке в различных темпах. Выполнение сценического действия в заданном музыкально-ритмическом рисунке. Различные пластические композиции и перестроения (круги, цепочки, колонны и т. п.) по принципу повторности, контрастности и вариаций. Упражнения для всего тела и его отдельных частей (рук, ног), построенные по принципу многоголосия, с применением предметов (стулья, шляпы, палки, мячи и т. д.). Упражнения типа «поющее тело» – для всего тела или его отдельной части. Упражнения в пластической полифонии на материале бытовых, танцевальных, стилизованных или этикетных движений. Музыкально-ритмические упражнения с задачей воспроизведения пластическими средствами различных оттенков музыкального материала; контрапункт музыки и пластики
4	3. Развитие гибкости, подвижности и выразительности рук 3.1. Тренаж пластической выразительности рук.	Разработка подвижности суставов руки (запястно-пястный, пястно-фаланговый, межфаланговые, луче-запястный, межзапястный, локтевой, плечевой) и всех мышечных групп, осуществляющих движение руки в целом и каждой ее отдельной части. При помощи упражнений (сгибания, вращения, махи, рывки и т. п.), в разных направлениях и с разной скоростью, с усилием и без усилия, в разных сочетаниях.
5	3.2. Развитие действенной выразительности рук	Точность движения рук во времени и пространстве. Использование действенно-смысловых упражнений в виде этюдов, где жест обладает конкретным действенным смыслом, выраженным глаголом («выгнать», «остановить», «отказать», «позвать» и т.д.). Тренировка индивидуальной неповторимости жеста через его внутреннюю мотивировку
6	4. Сценические	Техника безопасности при освоении темы.

	падения.	Выработка умения последовательно или мгновенно расслабляться и падать на пол безопасно и правдоподобно, в соответствии с аналогичным действием в жизни. Подготовительные упражнения к пассивным падениям. Техническая схема падений <i>«вперед согнувшись»</i>, <i>«скручиваясь»</i>, <i>«сверху вниз из положения стоя»</i>, <i>«со стула»</i>. Этюды с применением падений.
7	5. Линия и форма движения (скульптурность в сценическом действии).	Скульптурность как правильное телосложение и рельефная мускулатура, правильная осанка и верное размещение тела в сценическом пространстве. Умение правильно располагаться в пространстве сцены. Скульптурность в движении. Воспитание чувства линии и формы движения в статике и динамике (сочетание движений со статикой, их быстрая смена). Освоение действенно-смыслового значения приемов концентрического и эксцентрического построения движений; навык сознательной фиксации тела в статике и динамике. Умение передвигаться правильно - с точки зрения логики и последовательности действия, с верными по характеру движениями и в то же время скульптурно. Специальные сценические приемы (сценические прыжки, переноски, падения, бои, молитвенные жесты, поцелуи и т. д.). Тренировка бытовой, стилизованной, характерной походки. Упражнения, тренирующие навык прерывистого и непрерывного движения.
8	6. Невербальные компоненты общения.	Мимика, движения, жест как средства пластической выразительности актера, их содержание - контекст, подтекст, атмосфера; действия с определенной эмоциональной окраской. Целенаправленность, экономичность, точность как основа природы жеста. Стилиевой, исторический жест: медленный, широкий, мягкий, плавный. Пластика жеста. Упражнения <i>«Волна»</i>, <i>«Плавники»</i>, <i>«Змея»</i>, <i>«Крылья»</i>, <i>«Схватить – бросить»</i>.

5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ (МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ)

Дисциплина «Актерская пластика» реализуется в форме практических групповых занятий.

Для освоения студентами данной дисциплины используются следующие методы:

- словесные: объяснение техники упражнений, терминов и понятий, рассказ о манерах, этикете, в различные исторические эпохи;
- наглядные: демонстрация педагогом техники исполнения упражнений, танцевальных движений, использование аудио иллюстраций;
- практические: выполнение тренировочных упражнений и заданий по освоению изучаемого материала (метод целостного освоения упражнений, ступенчатый метод обучения упражнениям и танцевальным движениям, игровой метод);
- репродуктивный метод: методы показа, подражания, имитации;
- проблемный метод: нахождение исполнительских средств (двигательных и пластических) для создания пластических композиций.

Спецификой дисциплины «Актерская пластика» является ее комплексность, проявляющаяся в интеграции таких составляющих как освоение психофизического тренинга актера (общеразвивающих, корригирующих гимнастических упражнений, музыкально-ритмических упражнений танцевального характера, дыхательной гимнастики, упражнений на координацию, равновесие, регуляцию расслабления и напряжения мышц, развитие выразительности рук) и сценических навыков, составляющих обширный раздел специальной подготовки.

Учитывая особенности возрастного состава группы вокалистов – как правило, это взрослые люди от 19 до 25 лет, когда у многих уже утрачен интерес к интенсивным

движениям – играм, танцам, отчего их движения угловаты, неловки, манерны, в содержание дисциплины включен раздел развития общих двигательных качеств.

Особенностью организации образовательного процесса является учет условий будущей профессиональной деятельности актера-певца, отличных от тех, в которых работает драматический актер, и обусловленных особенностями музыкальной драматургии.

Во-первых, для пластической культуры актера-певца особо важное значение имеет музыкальность пластики, или пластическая музыкальность, что предполагает использование в учебном процессе целесообразных и координированных движений по отношению к партнеру, образной музыкальной интерпретации в единстве со сценическим действием. Тело должно воспринимать задания, вытекающие из музыкального материала, и откликаться на них психофизическим действием. Поскольку техника сценического воплощения музыкальной драматургии включает также контрапункт музыкального ритма и пластического рисунка, то подразумевается тесная внутренняя связь сценического и музыкального действия.

Во-вторых, важным при подготовке актера-певца остается соотношение вокальной и пластической подготовки. При этом определяющим в творчестве артиста музыкального театра является его вокальное мастерство. Ввиду имеющегося различия между спокойным и «поющим» дыханием, это следует учитывать при составлении тренинга, включающего дыхательную гимнастику и пение. Специальные упражнения должны развивать правильное дыхание во время движений, координацию движений с дыханием и пением (речью). Точный подбор шкалы напряжений и расслаблений приведет к сознательной координации арсенала выразительных средств «аппарата воплощения» с возможностями голосового аппарата.

Успешность работы по воспитанию пластической культуры у студентов со слабыми двигательными возможностями в большой степени зависит от эффективности методики преподавания, а также от активности студентов на уроках и их самостоятельной работы над собой.

Образовательный процесс строится как на общедидактических принципах наглядности, доступности, последовательности, систематичности, индивидуального подхода, сочетания художественной и технической сторон обучения, так и на специфических для данной дисциплины принципах и специальных методических приемах:

- контрастность в подборе упражнений, составляющих урок, и в каждом упражнении;
- комплексность задач в уроке и в каждом упражнении;
- последовательный переход от легких упражнений (если они хорошо выполнены) к трудным;
- целенаправленным, экономичным, точным и с верным мышечным напряжением выполнением упражнений.

Занимаясь общим тренажом всего тела, целесообразно на отдельных занятиях делать особый акцент на определенном виде движений: в одном случае – на локомоторных (ходьба, бег, прыжки) с целью развития подвижности в пространстве и прыгучести, в другом – на движениях типа «волна», развивающих гибкость суставов и мышечную динамику, в третьем – на движениях, тренирующих равновесие, и т.д. Во всех случаях предпочтение следует отдавать упражнениям, включающим активное передвижение в пространстве с изменением скорости и рисунка движений. Упражнения образного типа должны содержать оправданные движения головой, шеей, руками, плечевым поясом, ногами, туловищем, с попеременным напряжением и расслаблением мышц. Особо желательны упражнения, требующие при исполнении больших амплитуд, контрастных направлений и скоростей.

«Свободная разминка» выполняет функцию ознакомления с пластическими возможностями группы и контролирования успехов на разных этапах обучения. Здесь важную роль играет психологический момент, связанный с использованием музыкальной импровизации, когда под влиянием музыки студент внутренне раскрепощается и проявляет себя очень естественно.

Подбор упражнений зависит от степени усвоенности материала предыдущих занятий. Полезно в тех случаях, когда это возможно, не повторять одни и те же упражнения из урока в урок, а частично или полностью. Это помогает сохранять у студентов интерес к материалу и заставляет их быть внимательными к деталям. Целесообразны циклы упражнений с одной задачей, но выполняемые из разных исходных положений.

Упражнения, требующие значительной затраты силы и резких движений, следует чередовать с упражнениями, тренирующими легкость, плавность, непрерывность в движении. Хорошо тренируют опорно-двигательный аппарат пружинящие движения. Такие упражнения, как «волна всем телом», благотворно влияют на вокально-двигательную координацию вокалистов, расширяют их эмоционально-пластический диапазон. Эти упражнения служат естественным переходом к работе над отрывками, к действию в вокальной роли. В работе над сценическими навыками специального характера (приемы падений, умение пользоваться деталями костюма и аксессуарами) иногда полезно дать задание не всей группе сразу, а предложить каждому студенту найти свой рисунок движений, свое приспособление и продемонстрировать его перед товарищами.

Комбинации упражнений, движений должны быть логично выстроены, в каждом случае нести свою цель и задачу. Не следует перегружать их сочетанием множества движений. Упражнения четко выстраиваются, фиксируются, к каждой танцевальной комбинации подбирается соответствующий данному направлению музыкальный материал, который соответствует так же каждому разделу урока. Комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач занятия.

С самых первых занятий необходимо добиваться сознательного выполнения движений, самоконтроля учащихся за мышечным напряжением и координацией движений. Особое внимание следует уделить воспитанию музыкальности, выразительности и эмоциональности исполнения.

Преподаватель и концертмейстер обязаны тщательно отбирать музыкальный материал, включая в него лучшие музыкальные образцы.

Музыкальный материал должен соответствовать изучаемому стилистическому материалу, который усложняется по мере перехода студентов с курса на курс.

В работе педагога и концертмейстера необходим тесный контакт, способствующий созданию на уроках творческой атмосферы, более глубокому пониманию студентами слышимой музыки, передаче ее характера движением.

Педагог и концертмейстер должны помнить, что процесс обучения включает не только выработку профессиональных навыков студентов, но также воспитывает у них эстетический вкус, этику общения, идейно-нравственный облик и мировоззрение.

В зависимости от сопутствующих учебному процессу условий, допустимы незначительные изменения в выборе изучения национальной лексики и некоторых трюковых элементов по годам обучения за счет сокращения или расширения программного материала. Каждый преподаватель вносит в прохождение программы свой опыт педагога, свою творческую мысль, насыщает ее музыкальной и сценической выразительностью.

6 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Студенту, будущему актеру-вокалисту необходимо осознать главное: повышение пластической культуры не просто расширяет его выразительные возможности и обогащает как художника, а является основой при формировании внешней актерской техники, неотъемлемой частью его профессиональной оснащенности. Исполнитель роли должен понять требования, предъявляемые к его телесному аппарату воплощения. И, наконец, он должен хорошо изучить свое тело, оценить его возможности и ограничения, понять его достоинства и недостатки. Только опираясь на эти знания, актер может *осознать собственные проблемы и ощутить настоящую потребность их решения.*

Подготовка вокалиста к будущей сценической деятельности, предъявляющей сегодня все более возрастающие требования к пластической выразительности певца, умению управлять своим телом, невозможна без систематической, целенаправленной самостоятельной работы студента над совершенствованием или восстановлением (компенсацией) функционального состояния, физических качеств, психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов своего организма. Поэтому каждый студент должен овладеть хотя бы минимальным объемом тренировочных упражнений, направленных на совершенствование своих психофизических качеств.

6.1 Виды и содержание самостоятельной работы

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость в часах
1.	1. Овладение психофизическим тренингом	Исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врожденных и приобретенных, ухудшающих или отягощающих внешние данные актера-творца, мешающих ему выявлять себя в ярких выразительных сценических формах или прикрытия тех из них, которые не могут быть устранены: Ознакомление студента с физическими и психофизическими качествами своего тела, его двигательными (биомеханическими и биодинамическими) возможностями, и, самое главное, с его проблемами и ограничениями. Разработка стратегии исправления устранимых недостатков и компенсации, смягчения. Коррекция веса – с помощью рациональной диеты и с помощью физических нагрузок (утренняя гимнастика, бег, прыжки со скакалкой, динамические упражнения с отягощениями и без отягощений). Выработка и закрепление установки на поддержание правильной осанки и походки: ➤ воспитание потребности в правильной осанке и походке, ➤ выполнение упражнений, по совершенствованию осанки и походки, ➤ чувственное осознание правильной осанки и походки и закрепление его в мышечной памяти, ➤ выработка «мышечного контролера» для периодического контроля за своей осанкой и походкой. Коррекция осанки. Рекомендуется использовать разнообразные средства:	4

		➤ активные: физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег и другие циклические упражнения, работа на тренажерах и др.; ➤ пассивные: массаж, мануальная терапия, физиотерапия и т.д. Развитие физических качеств организма – гибкости тела, силы, выносливости, двигательной координации: Повышение активности тела – повышение подвижности отдельных частей тела и общей гибкости. Выполнение упражнений на сгибания и разгибания, отведения и приведения, повороты вправо и влево (внутрь и наружу), круговые движения, «скручивания» и «смещения» отдельных частей тела; чередования и сочетания этих движений в различных комбинациях. Упражнения с использованием скакалок, гимнастических палок, мячей. Развитие силовых качеств: укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног – различные виды отжиманий, подтягиваний, приседаний, отведений в сторону и приведений рук и ног, наклонов, прогибаний, поворотов и круговых движений корпусом. «Волевая гимнастика»: произвольное напряжение и расслабление изолированных мышц и мышечных групп (упражнения без отягощений, имитирующие преодоление того или иного сопротивления). 1. Упражнения в динамическом режиме – например, медленное сгибание руки с волевым напряжением бицепса. 2. Упражнения в статическом режиме – например, напряжение бицепса при неподвижном положении руки. Осознание тела. Координация движений. Координационные упражнения для рук, выполняемые в одной, двух, трех плоскостях и со сменой плоскостей: ➤ упражнения циклического характера с перекрестной координацией, то есть движения с одновременной работой мышц-антагонистов двух рук при циклическом повторении таких двигательных сочетаний; ➤ упражнения поочередные, то есть выполняемые с поочередной работой одноименных мышц двух рук – движения с асимметричной координацией из симметричных исходных положений. ➤ Противовращения различных частей тела. развитие рече-двигательной и вокально-двигательной координации	
2	2. Развитие ритмичности и «музыкальности» пластики.	Самостоятельная отработка и закрепление пройденного на практических занятиях материала (упражнений, элементов танцевальных движений, пластических жестов)	4
3	3. Развитие гибкости, подвижности и выразительности рук.	Самостоятельная отработка и закрепление пройденного на практических занятиях материала (упражнений, элементов танцевальных движений, пластических жестов). Выполнение упражнений циклического характера с перекрестной координацией, т. е. на движения с одновременной работой мышц-антагонистов двух рук; поочередных упражнений с асимметричной координацией.	6
4	4. Сценические	Отработка и закрепление подготовительных упражнений к	4

	падения.	падению. Идеомоторная тренировка техники сценических падений. Просмотр и наблюдение по видеозаписям отрывков из спектаклей со сценическими падениями и элементами сценического боя.	
5	5. Линия и форма движения (скульптурность в сценическом действии).	Самостоятельная отработка и закрепление пройденного на практических занятиях материала.	6
6	6. Невербальные компоненты общения	Самостоятельная отработка и закрепление пройденного на практических занятиях материала	2
7	7. Элементы сценической трюковой пластики	Самостоятельная отработка и закрепление пройденного на практических занятиях материала. Идеомоторная тренировка техники сценической трюковой пластики.	2
Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине Кох И.Э. Основы сценического движения: Учебник. М., - СПб. – 2010. Работа с Интернет-ресурсами <i>Московский дворянский бал XVIII века:</i> http://www.portal-slovo.ru/history/35355.php <i>Правила этикета в России в XIX веке:</i> http://culture.pskov.ru/ru/historical/object/24 <i>Этикет XIX века:</i> http://www.alveare.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=113&Itemid=24 <i>Сценические поклоны:</i> https://www.youtube.com/watch?v=EkJKdmm6lUg			

7 ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМАМ И СОДЕРЖАНИЮ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Виды контроля	Формы контроля	Сроки контроля
Текущий контроль	Выполнение творческого задания – проверка и оценка практического усвоения умений и навыков по теме изучаемого материала на каждом занятии (индивидуальное, групповые упражнения, этюды). Собеседование (блиц-опрос) – проверка знаний основных танцевальных терминов и понятий. Выполнение тестовых заданий	В течение семестра
Промежуточная аттестация	Зачёт	3 семестр

7.1 Оценочные средства текущего контроля

1. Показ позиций рук и ног (экзерсис у станка и на середине зала):

экзерсис у станка (за одну руку):

- demiplie' по I, II позициям;
- battement tendus по I, II позициям;
- battementjete по I позиции, passe par terre; rond de jamb par terre вперед и назад по 1/4 круга;
- sur le cou-de-pied; releve' по 1 позиции;
- перегибы корпуса назад и боковое в стороны (вправо и влево);

7.2 Образцы тестовых заданий:

Вопрос 1. «Пластическая культура» – это..?

1. Искусство движения
2. Объёмные осязательные качества художественной формы.
3. Ваяние.

Вопрос 2. *Истоки зарождения танцевальных форм?*

1. Сценические подмостки.
2. Ярмарочные гуляния
3. Быт и трудовая деятельность

7.3 Оценочные средства промежуточного контроля

Промежуточный контроль – **зачёт** (3 семестр).

Зачёт проводится в форме творческого показа элементов сценической пластики и танцевальных элементов (в группе или по заданию педагога – индивидуально) хореографической композиции на основе пройденного материала.

Содержание и основные требования к зачетному показу элементов сценической пластики

Элементы сценической пластики включают в себя:

- 1) выполнение заданий на ритмическую и музыкальную пластичность;
- 2) выполнение элементов сценической трюковой пластики (сценическое падение, элементы сценической драки, сценическая пощечина).

Содержание и основные требования к экзаменационному показу элементов хореографической пластики

Элементы: танцевальные шаги; танцевальные и бытовые поклоны XVII-XVIII века; pas chasse' вперед и назад; pas e'leve' вперед и назад; pas chasse вперед и назад, соединенное с pas e'leve' с поворотами вправо и влево; pas balance' – на месте, с продвижением вперед и назад и соединенное с движением рук; распольки на месте - вперед, назад и боковое, с продвижением – вперед и назад; в повороте и в сторону; pas галопа вперед и назад; pas вальса, (в три pas) в правую сторону и в левую; вальсовая «дорожка»; pas вальса, соединенное с pas balance' и с дорожкой; pas полонеза.

Танцевальные композиции:

- гавот;
- полька с различными положениями рук;
- вальс, вальс- миньон;
- полонез;
- pas de grass;
- pas de patiner.

Оценочные критерии зачетного показа:

1. Точность, координация, пластичность выполнения задания в хореографических движениях и этюдных формах.
2. Артистичность и музыкально-выразительное исполнение задания.

7.4 Критерии оценивания

Оценка «**зачтено**» – по технике задание выполнено полностью, либо не полностью, с достаточно большим количеством ошибок, не нарушающих общей схемы этюда или задания, соответствие эмоционально-смысловой выразительности музыкально-пластическому заданию.

Оценка «**не зачтено**» – непонимание материала, задание не выполнено. Допущение грубых ошибок. Студент посетил менее 50 процентов практических занятий.

8 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ФОС по дисциплине оформляется как приложение к рабочей программе и представлен в виде отдельного документа ОПОП.

9 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОБУЧЕНИЮ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. № АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в классе. Подбор и разработка учебных материалов производится с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Освоение дисциплины лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

10 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1 Основная литература

1. Андрачников, С. Г. Сценическая пластика: Учебник. – М., 1990.
2. Кох, И. Э. Основы сценического движения Учебник. – М.; СПб., 2010.
3. Немеровский, А. Б. Пластическая выразительность. – М., 1976, 1988.

4. Руднева, С. Д. Музыкальное движение: Учебное пособие. – СПб., 2000.
5. Морозова, Г. В. Бытовой этикет и манеры поведения в обществе в странах Западной Европы (XVI-XVIII вв.) // Я вхожу в мир искусств. – 2007. – N 8. (Сценическое движение). – 141, [2] с.

10.2 Дополнительная литература

1. Кулагина, И. Е. Художественное движение. – М., 1999.
2. Морозова, Г. В. Пластическое воспитание актера. / Г. В. Морозова. – М., 1997.
3. Никитин, В. Н. Энциклопедия тела: Психология. Психотерапия. Педагогика. Театр. Танец. Спорт. Менеджмент. – М.: Алетейя, 2000.
4. Руднева, С. С. Ритмика. Музыкальные движения. – М., 1972.
5. Тан, Н. С. Работа с плащом: Метод. пособие. – М., 1982

Интернет-ресурсы

Мир этикета (гlossарий, бытовой этикет): <http://www.etiquette.ru/>

Московский дворянский бал XVIII века: <http://www.portal-slovo.ru/history/35355.php>

Правила этикета в России в XIX веке: <http://culture.pskov.ru/ru/historical/object/24>

Этикет XIX века:

http://www.alveare.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=113&Itemid=24

11 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- аудитория не менее 30 кв. м.
- балетный станок,
- зеркальная стена,
- гимнастические коврики,
- гимнастические палки
- стулья (в количестве, равном числу занимающихся),
- гимнастические скамейки (две-три),
- различные мячи, скакалки,
- кубы, лестницы, табуреты разных размеров,
- детали исторического костюма – юбки, плащи, головные уборы, веера, трости и т. д.
- фортепиано,
- звуковоспроизводящая аппаратура (CD-, DVD-плеер)

12 ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа:

одобрена на 20__/20__ учебный год. Протокол № __ заседания кафедры

от “__” __ 20__ г.

Ведущий преподаватель _____

Зав. кафедрой _____

одобрена на 20__/20__ учебный год. Протокол № __ заседания кафедры

от “__” __ 20__ г.