

**КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ № 49**

Принята на заседании
Педагогического совета
от «30» августа 2024г.
Протокол № _____



«Утверждаю»:
Директор МАОУ лицея № 49
О.В. Милорадова
«30» августа 2024г.

**Разноуровневая дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественно-эстетической направленности
«Сценическое движение и акробатика»**

Возраст обучающихся: 15-18 лет.

Срок реализации: 2 года

Разработчик
программы: педагог
дополнительного образования
Швечков В.В.

г. Калининград
2024 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Сценическое движение и акробатика» (далее - Программа) разработана в соответствии со статьями 2,12, Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012 г.; приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» № 1008 от 29.08.2013 г.

Актуальность Программы. Программа «Акробатика и сценический бой» является частью движущего образования в театральном классе. Она тесно связана как с общеобразовательным предметом – «Физкультура», так и с другими профильными кружками и формами внеурочной деятельности. Прежде всего, это – «мастерство актёра» и «сценическая речь». Основы сценического фехтования, включенные в программу, дополняют работу над совершенствованием двигательной культуры, начатую предметами: акробатика и основы сценического движения.

Педагогическая целесообразность. Комплекс движущих дисциплин следует рассматривать как органическую часть всего образовательного процесса, проходящего в театральном классе.

Программа является модулем интегративной комплексной программы «Театральная студия СТОП» обучения учащихся театральных классов.

Педагог средствами сценического движения воспитывает у обучающихся навыки формирования выразительного, пластически подвижного тела, добивается умения переносить эти навыки из тренировочных упражнений в спектакль. Занятия по программе помогают соединить пластические возможности обучающегося и выразительность его тела, руководствуясь главным правилом - единство психического и физического начала.

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

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

Программа является программой художественно-эстетической направленности. Срок реализации Программы составляет 2 года. Возраст обучающихся от 15 до 18 лет.

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

Задачи Программы:

Обучающие:

- обучить методам самоконтроля
- обучить управлению вниманием
- обучить управлению телесным аппаратом
- обучить музыкальности и ритмичности
- обучить технике безопасности на занятиях акробатики и сценического боя

- обучить владению сценическим оружием

-обучить правилам поведения на сцене

Развивающие:

- сформировать интерес к сценическому движению

-сформировать понимание о необходимости здорового образа жизни

-развить подвижность мышечно-двигательного аппарата

-развить нервно-мышечный аппарат

-развить эмоциональную выразительность

-развить художественный вкус

-развить координацию движений

- сформировать навыки воплощения собственных идей в пластических образах и пластических импровизациях

- сформировать коммуникативные навыки

Воспитательные:

- воспитать чувство коллективизма

- воспитать ответственность за результат своей работы и коллективных работ;

Планируемые результаты по годам обучения.

В конце первого года обучения обучающийся должен:

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

В конце второго года обучения обучающийся должен:

- знать основные правила выполнения сложных пластических и силовых упражнений;
- уметь контролировать физическое состояние своего тела;
- уметь выполнять сложные пластические, силовые и координационные упражнения как с партнёром, так и самостоятельно;
- знать историю развития искусства фехтования, начиная с XV в. и до наших дней;
- знать основные правила сценического движения и пантомимы.
- уметь использовать утилитарные и театральные навыки фехтования на шпагах, рапирах и мечах;
- самостоятельно работать над постановкой сцен боя и фехтования.

Формы отслеживания результатов.

Результативность освоения программы выявляется на контрольных занятиях, в конце каждого полугодия в форме зачёта или открытого показа. Результаты оцениваются

комплексно всеми педагогами. На открытые показы приглашаются педагоги, родители и товарищи обучающихся. По окончании учебного года подведение итогов проходит в форме открытых занятий, контрольных зачетов, а также в целостных творческих работах: миниатюрах, класс-концертах, спектаклях.

Учебный план первого года обучения

Содержание	Объем	Теория	Практика	Отслеживание результата
Раздел 1. Вводные занятия.	4	4	0	
Раздел 2. Подготовка и выступление на осенней презентации театрального класса	16	2	14	
Раздел 3. Репетиции новогоднего музыкального шоу	36	4	32	
Раздел 4. Репетиции выпускного спектакля	48	6	42	
Раздел 5. Подготовка современной вокально-пластической композиции	45	6	39	
Раздел 6. Итоговая диагностика. Творческие задания на летний период.	4	4	0	
Всего часов	153	26	127	

Учебный план второго года обучения

Содержание	Объем	Теория	Практика	Отслеживание результата
Раздел 1. Вводные занятия.	4	4	0	
Раздел 2. Подготовка и выступление на осенней презентации театрального класса	16	2	14	
Раздел 3. Репетиции новогоднего музыкального шоу	36	4	32	
Раздел 4. Репетиции выпускного спектакля	48	6	42	
Раздел 5. Подготовка современной вокально-пластической композиции	45	6	39	
Раздел 6. Итоговая диагностика.	4	4	0	
Всего часов	153	26	127	

Календарно-тематическое планирование первого года обучения

Календарные месяцы	Содержание	Цели и задачи	Методы и приёмы	Наглядность	Приме чание
сентябрь	Раздел 1. Вводные занятия.				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное занятие. Инструктаж. Техника безопасности 2. Особенности предмета «сценическое движение» 	<p>Развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата. Освоение акробатических навыков и развитие комплекса психофизических качеств. Освоение техники падений, развитие способности управлять мышечным напряжением и расслаблением, инерцией движения, контролировать процесс движения, вызванного потерей равновесия.</p>	<p>Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.</p>	<p>Показ упражнений и трюков.</p>	

сентябрь - октябрь	Раздел 2. Подготовка и выступление на осенней презентации театрального класса				
	3. Вводное занятие. Виды сценического боя 4. Общий пластический тренинг 5. Подготовка материала для выступления 6. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 7. Генеральные и технические прогоны презентации 8. Показ презентации и анализ выступления	Сформировать и развить понятия и заложить основы сценических навыков парного взаимодействия.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
ноябрь - декабрь	Раздел 3. Репетиции новогоднего музыкального шоу				
	9. Управление процессом изменения действия. 10. Подготовка материала для выступления 11. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 12. Генеральные и технические прогоны новогоднего шоу 13. Показы новогоднего шоу и анализ выступлений	Освоение техники классических стиливых упражнений в пантомиме.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
декабрь - март	Раздел 4. Репетиции выпускного спектакля				
	14. Включение элементов сценического боя в спектакль 15. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 16. Показ спектакля. 17. Контрольное занятие. Анализ работы над спектаклем.	Сформировать и развить понятия и заложить основы сценических навыков парного взаимодействия.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
январь - май	Раздел 5. Подготовка современной вокально-пластической композиции				
	18. Подготовка материала для композиции 19. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 20. Генеральные и технические прогоны композиции 21. Показы композиции и анализ выступлений	Освоение техники классических стиливых упражнений в пантомиме.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка	Показ упражнений и трюков.	

			действий обучающихся.		
Раздел 6. Итоговая диагностика. Творческие задания на летний период					
май	22. Подведение итогов года. Задание на лето.	Сформировать и развить понятия и заложить основы сценических навыков парного взаимодействия.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
июнь	Подготовка к выступлению на спортивном празднике ДТДиМ	Применение полученных умений и навыков.	Активная творческая деятельность.		
июль	Работа по индивидуальным маршрутам.	Поддержание физической формы.	Самостоятельные тренировки.		
август	Подготовка к выступлению на спортивном празднике в Лицее	Применение полученных умений и навыков.	Активная творческая деятельность.		

Календарно-тематическое планирование второго года обучения

Календарные месяцы	Содержание	Цели и задачи	Методы и приёмы	Наглядность	Приме чание
сентябрь	Раздел 1. Вводные занятия.				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводное занятие. Инструктаж. Техника безопасности 2. Особенности предмета «сценическое движение» 	<p>Развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата. Освоение акробатических навыков и развитие комплекса психофизических качеств. Освоение техники падений, развитие способности управлять мышечным напряжением и расслаблением, инерцией движения, контролировать процесс движения, вызванного потерей равновесия.</p>	<p>Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.</p>	<p>Показ упражнений и трюков.</p>	

сентябрь - октябрь	Раздел 2. Подготовка и выступление на осенней презентации театрального класса				
	3. Вводное занятие. Виды сценического боя 4. Общий пластический тренинг 5. Подготовка материала для выступления 6. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 7. Генеральные и технические прогоны презентации 8. Показ презентации и анализ выступления	Сформировать и развить понятия и заложить основы сценических навыков парного взаимодействия.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
ноябрь - декабрь	Раздел 3. Репетиции новогоднего музыкального шоу				
	9. Управление процессом изменения действия. 10. Подготовка материала для выступления 11. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 12. Генеральные и технические прогоны новогоднего шоу 13. Показы новогоднего шоу и анализ выступлений	Освоение техники классических стиливых упражнений в пантомиме.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
декабрь - март	Раздел 4. Репетиции выпускного спектакля				
	14. Включение элементов сценического боя в спектакль 15. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 16. Показ спектакля. 17. Контрольное занятие. Анализ работы над спектаклем.	Сформировать и развить понятия и заложить основы сценических навыков парного взаимодействия.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	
Раздел 5. Подготовка современной вокально-пластической композиции					
январь - май	18. Подготовка материала для композиции 19. Репетиции совместно с педагогами театральных классов 20. Генеральные и технические прогоны композиции 21. Показы композиции и анализ выступлений	Освоение техники классических стиливых упражнений в пантомиме.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка	Показ упражнений и трюков.	

			действий обучающихся.		
	Раздел 6. Итоговая диагностика. Творческие задания на летний период				
май	22. Подведение итогов года. Рекомендации по подготовке к поступлению в театральные ВУЗы.	Сформировать и развить понятия и заложить основы сценических навыков парного взаимодействия.	Вводная лекция. Показ и повторение упражнений и трюков. Коррекция и страховка действий обучающихся.	Показ упражнений и трюков.	

Содержание программы

I год обучения.

Сценическая акробатика и взаимодействия.1. Тренинг подготовительный.

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

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

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

Упражнения:

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

2. Тренинг развивающий

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

Упражнения:

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

3. Тренинг пластический

Задача – развитие внутреннего ощущения движения.

Упражнения:

- на напряжение и расслабление;
- на подвижность и выразительность рук;
- на подвижность и ловкость (приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач; телесная и ручная ловкость);

- на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;
- на освоение различных типов и характеров движения.

4. Тренинг специальный

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

Упражнения:

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

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

5. Сценическая акробатика

Задачи:

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

Упражнения:

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

6. Сценические падения

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

Упражнения по освоению основных биомеханических принципов различных схем сценических падений:

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

7. Взаимодействие с предметом

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

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

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

Упражнения:

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

8. Взаимодействие с партнером

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

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

Упражнения:

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

9. Специальные навыки сценического движения

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

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

Задачи:

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

Упражнения:

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

10. Сценический бой без оружия

Задача – освоение навыков сценической борьбы и драки, а также проверка способности использовать приобретенные навыки в острой, конфликтной ситуации физического противодействия.

Отработка навыков борьбы между двумя или несколькими персонажами, освоение техники приемов защиты и нападения без оружия для создания у зрителя впечатления рукопашной схватки. Освоение биомеханики сценических ударов, обеспечивающей их зрительную достоверность и безопасность.

Упражнения:

- техника нанесения и приема удар;
- техника защиты и озвучивания ударов;
- принципы построения и исполнения сценической драки;
- драка с использованием предметов;
- жанр и стиль в сценической драке.

11. Время, пространство, темпо-ритм

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

Упражнения:

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

12. Движение и речь

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

Упражнения:

- дыхание и звучание в активной позиции;
- перераспределение мышечного напряжения для обеспечения дыхания и звучания в движении и статистике;
- соединение непрерывности движения;
- звуковой посыл как продолжение действия;
- чередование и соединение движения и слова.

13. Особенности стилового поведения и правила этикета, принятые в европейском и русском обществе XVI – XIX вв. и в начале XX столетия

Особенности поведения русского боярства XVI – XVII вв.

Особенности стилового поведения западноевропейского общества XVI – XVII вв.:

- а) общие сведения;
- б) костюм;
- в) осанки и походки;
- г) оружие;
- д) большой плащ, широкополая шляпа, веер;
- е) поклоны;
- ж) этикет и хороший тон в приветствиях, беседе, во время еды, в музыке, танцах и пении;
- з) правила вызова на дуэль, церемония обетов и клятв.

Стилевые особенности в поведении европейского общества XVII в.:

- а) особенности костюма;
- б) осанка и походка;
- в) обращение с треуголкой, веером, тростью;
- г) лорнет;
- д) табакерка;
- е) платок, кошелек.

Стилевые особенности в поведении русского и западно-европейского общества XIX – XX вв.:

- а) костюм, аксессуары костюма и обращение с ним;
 - б) манеры, хороший тон в поведении за столом, при курении, на балу;
 - в) как приготовить карточный стол;
 - г) пластика русского офицера, светского мужчины, светской дамы, русской барышни, чиновника;
 - д) обязанности и поведение домашней прислуги.
- Этюды. Импровизация.

Основы сценического боя. Сценические падения. Задача – освоение техники различных падений, развитие способности управлять мышечным напряжением и расслаблением, инерцией движений, контролировать процесс движения, вызванного потерей равновесия.

Упражнения:

- подготовительные упражнения;
- падения на полу;
- падения с высоты;
- падения через препятствия;
- падения с предметом в руках;
- падения во взаимодействии партнером.

Техника нанесения и приема ударов

Упражнения:

- пощечина.
- удары кулаком: прямой в лицо, сбоку в челюсть, снизу в челюсть, в солнечное сплетение;
- удары ногами: коленом в живот, стопой в челюсть, стопой в живот, сзади по голове, сзади по спине;
- удар головой;

Техника защиты и озвучивания ударов

Упражнения:

- ракурс;
- беспредметный бой;
- работа со стулом;
- работа со столом.

Техника сценических переносок

Упражнения:

- групповые переноски;
- переноска на плече плечах;
- переноска на руках;
- переноска на спине.

Принципы построения и исполнения сценической драки

Упражнения:

- драка в паре;
- групповая драка;
- работа с музыкальным материалом;
- сценический бой на основе литературного материала.

Основы пантомимы. Специфические особенности пантомимы как вида искусства

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

Синтетичность пантомимы как вида искусства.

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

Виды пантомимы: классическая, танцевальная, акробатическая, эксцентрическая. Жанры классической пантомимы. Аллегорическая пантомима, ее основные свойства. Мимодрама, ее специфика. Клоунада. Сюжетная и бессюжетная пантомима.

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

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

Техника пантомимы

Аналитический комплекс упражнений в пантомиме.

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

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

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

Осуществление локальных движений по задаваемым заранее траекториям:

передвижения: «вперед – назад», «вверх – вниз», «кресты», «круги», «квадраты», «треугольники» и т. д.;

на трех условных плоскостях «пишутся» слова или цифры, или «рисуются» фигуры («солнышко», «ромашка» и т.д.);

движение от импульсов, задаваемых педагогом: легкие удары, толчки, прикосновения, которые указывают направление движения выбранной части тела; более сложные двойные импульсы, а также различные типы движения: равномерное, «с затуханием», «дробленное»;

движения под «диктовку» представляемого образа (животных, предметов, явлений природы и др.);

выполнение движения под «диктовку» одновременно с двумя и более воображаемыми объектами (например, стопа движется как «змея», а плечо как «муравей» и т.п.)

выполнение этюдов, решаемых пластичностью всего тела и состоящих из упражнений типа «человек – предмет», «человек – животное».

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

вылепите из воображаемого пластилина бусы, нанижите их на нитку; из того же «материала» – цепь, небольшую фигурку человека, животного и т.д.;

сложите из воображаемой газетной бумаги: «птичку», «конверт», «треуголку», «лодку» и пр.

различные манипуляции с воображаемой колодой карт;

переведите стрелки у ручных часов и будильника, заведите и те и другие.

раскройте перочинный нож, отточите карандаш; откройте: книгу, банку консервов, зонтик и др. предметы;

выберите из крупы соринки, рассортируйте злаки;

нарежьте: колбасу, сыр, лимон, кекс; отрежьте: кусок арбуза, ломоть хлеба и пр.;

намотайте на локоть и кисть руки (не забудьте отвести при этом большой палец) длинную веревку.

отмотайте с катушки нитку, оторвите ее, вденьте в иглу; заштопайте носок, пришейте пуговицу и пр.

Проделайте упражнения:

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

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

«шторка» Марсо;

«мышцы боли»;

«мышцы угрозы»;

«мышцы размышления»;

«мышцы смеха»;

«мышцы рыдания» и другие.

Упражнения – освоение основных стилистических приемов:

«шаг на месте»;

«бег на месте»;

«лазание по канату»;

«надломившееся тело»;

«подъем и спуск по воображаемой лестнице»;

«облокачивание».

II год обучения.

Сценическое фехтование. Стойка. Учить распределять напряжение, находить центр тяжести и держать его посередине. Вставать в стойку, как условный жест готовности к бою. Развивать ощущение веса шпаги (или другого аналогичного сценического оружия), привыкания к ней, слияние с ней для ощущения продолжения руки фехтовальщика. Оттачивать умение не терять позы стойки во время боя. Мышцы должны привыкнуть к этому положению, быстро в него входить и держаться столько, сколько нужно.

Правильная стойка - залог верного исполнения шагов и всех остальных комбинаций. Практические занятия Упражнения «Седло», «На четыре», «К бою», «Львы», «Зайцы», «Струна», «Биг бол», «Воображаемая шпага», «Перекидка». Поклон. Шаги Поклон - обязательное подготовительное действие перед боем. Воспитывать легкость исполнения, точность. Учить соразмерять пространство для того, чтобы не произошло несчастных случаев. Развивать чувство партнерства – одна из главных составляющих сценического боя, которую должны чувствовать учащиеся за время обучения и тренингов на «чувство ансамбля». Учить правильно, грамотно пользоваться изученными шагами, цикл которых специально составлен для выражения сценического фехтования. Развивать координацию и умение двигаться, не разрушая «картинку» стойки. Практические занятия

Упражнения «Схема поклона», «Эпоха-поклон», «Звание- поклон», «Простой шаг», «Двойной шаг». Уколы. Блоки Развивать точность действия, быстроту реакции, собранность, чувство партнерства. Подготовка перехода к разделу «Комбинации» для того, чтобы придумывать и разучивать полноценные сценические бои на шпагах. Практические занятия Упражнения «Направление укола», «Коли!», «Уколы», «Блоки». Комбинации. Учить придумывать бои с использованием сценического фехтования. Изучить отдельные комбинации, как помощники в придумке боя для осуществления в собственных работах. Практические занятия упражнения: «Стойка - укол- блок», «Сцепка», «Нижние комбинации», «Верхние комбинации», «Комбинации с прыжком», «Обезоруживание», «Руби капусту».

Приветствие; защитное положение(стойка). Шаги: вперед-назад; двойные шаги: вперед-назад; защиты: 7я и 2я; защиты 3я и 4я; защиты 5я и 6я; защиты 1я и 8я; среднее (промежуточное) положение; шаги вперед\назад через среднее положение; шаги назад через защиты; диктант по всем передвижениям, диктант по всем защитам; этикет работы с партнером; дистанции: дальняя и средняя; зона безопасности; уколы, удары: внешний и внутренний; контратака; приемы: траверс, батман, завязывание ,вольт, карточко; связки; логика боя; ракурсы; кантиленность боя; двойное оружие; бой на несколько человек (пр. один против двоих); итальянская школа сценического боя; французская школа сценического боя; испанская школа сценического боя; понятие "магического круга".

Методическое обеспечение Программы

В современной актерской школе недостаточно только физической подготовленности учащегося. Скованность движения, мышечный зажим, неверная осанка или походка – это только малая часть физических недостатков, с которыми педагог сталкивается на первом этапе обучения.

На занятиях педагог должен учитывать характерные особенности каждой группы. Это опорно-двигательная и суставно-связочная система. Возрастное развитие учащихся зависит от многих внутренних и внешних факторов. И уровень физических нагрузок может повлиять как на физическое естественное развитие учащегося, так и на задержку. Развитие костно-мышечной системы тесно связано с индивидуальностью учащихся. И педагог должен иметь индивидуальный подход к каждому обучающемуся.

В отличие от спорта здесь нет задачи достижения тех или иных результатов. Задача педагога по сценическому движению научить чувствовать свое тело и движения, развивать психофизические качества. Особое внимание надо уделять правильной осанке учащихся.

Главная причина плохой осанки – искривление позвоночника. Осанка неразрывно связана со здоровьем человека. Нормальный позвоночник выдерживает физические нагрузки, сохраняет гибкость и подвижность.

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

Акробатический раздел предусматривает значительное повышение требований дисциплины, ответственности педагога и обучающегося. Поэтому первое и необходимое требование – техника безопасности. Многие сложные упражнения выполняются на мате под контролем преподавателя.

Особое внимание необходимо уделять подготовительным упражнениям. На каждом занятии повторять и закреплять пройденные элементы. Требование точности выполнения движения должно сопровождаться объяснением целесообразности выполнения задачи. Учебные схемы, предлагаемые педагогом, должны исполняться точно и осмысленно. Процесс освоения акробатических элементов должен происходить постепенно. При работе над этим разделом следует сконцентрировать внимание на соблюдении надежной страховки, создание верного психологического настроя у обучающихся.

Учащиеся, только поступившие в учебное заведение, находятся на разных уровнях физической и психологической подготовки. На этом этапе особенно важно помочь им поверить в свои силы, приобрести уверенность в себе. Это возможно только при индивидуальном подходе к каждому ученику.

С первых занятий на самых простых упражнениях необходимо добиваться точности исполнения заданий, не допускать приблизительности, поверхностного

освоения материала. Каждый элемент упражнения, выполняемый обучающимися, должен носить творческий характер, актерское игровое начало. Например, прыжки с одной ноги на другую. Здесь задание может быть следующим: «Перебраться на другой берег реки по небольшим камням». В этом упражнении, кроме развития прыгучести, прорабатывается такое качество, как способность управлять центром тяжести и инерцией своего тела.

Одной из главных задач, выполняемых педагогом в процессе обучения, является выявление и развитие фантазии обучающихся. Помимо умения точно выполнять заданный педагогом пластический рисунок, обучающиеся должны постепенно подойти к созданию пластического образа. С этой целью упражнение на пластическую фантазию проводится уже в первый год обучения.

Общий уровень подготовленности, а значит, и способность к восприятию в каждом классе могут быть неравноценными. Для более эффективного построения учебного процесса возможен вариативный подход к разделам программы. В одном классе прорабатывается более подробно определенный раздел, который позволит органично перейти к следующему этапу. В другом классе, с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, работа может начаться с другого раздела. Это не относится к тренинговым разделам, которые проводятся на протяжении всего периода обучения.

Важно, чтобы все разделы программы не оставались на ознакомительном уровне, а были бы освоены обучающимися в полном объеме.

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

Заключительный этап обучения включает в себя этюдно-постановочную работу на конкретном драматургическом материале.

Особо следует выделить сценическое фехтование. Сценическое фехтование – это сложный вид сценического движения, который подразумевает уже определенную подготовленность учащихся, требует высокой степени координированности, развитого чувства партнера и высокой степени концентрации внимания. Так как данный вид сценического движения безусловно травмоопасен, нецелесообразно всех обучать сценическому фехтованию. Для спектакля, отрывка, этюда педагог в рамках предмета может подготовить учащихся к сцене поединка. При этом отнестись к этой сложной сцене, как к движенческой. Любую фехтовальную сцену возможно решить условно пластическими средствами.

Материально-техническое обеспечение Программы

Основное оборудование:

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

Основное оснащение:

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

Список используемой литературы

- Голубовский Б. «Пластика в искусстве актера». М., 2006.
Карпов Н.В. «Уроки сценического движения». М., 2009
Кох И.Э. «Основы сценического движения». Л., 2010
Морозова Г.В. «Пластическое воспитание актера». М., 2008
Закиров А.З. «Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы». Методическое пособие. М., РАТИ - ВГИК, 2009
Вербицкая А.В. «Основы сценического движения» в 2-х ч. Ч 1. М., 1982, Ч.2.. М., 2011
Гринер В.А. «Ритм в искусстве актера». М., Просвещение, 2006
Збруева Н. «Ритмическое воспитание актера». М., 2013
Морозова Г.В. «Сценический бой». М., 2005
Морозова Г.В. «Пластическая культура актера: Словарь терминов». М., 2009
Немировский А.Б. «Пластическая выразительность актера». М., 2010
«Основы сценического движения». Пособие под редакцией Коха И.Э. М., 2013.

Интернет-ресурсы:

<http://pedsovet.org/>

<http://www.openclass.ru>