

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
"Детская школа искусств имени А.П. Артамонова (№2)"  
Ленинского района г. Ростова-на-Дону**

**Программа учебного предмета  
«Сценическое движение»  
дополнительной общеразвивающей образовательной  
программы в области искусства  
«Искусство театра. Основной курс»**

2018 г.

«Одобрено»  
Методическим советом МБУ ДО  
"ДШИ имени А.П. Артамонова (№2)"  
Дата рассмотрения 20.06.2019г.

«Принято»  
Педагогическим советом МБУ ДО  
"ДШИ имени А.П. Артамонова (№2)"  
Протокол от 21.06.2019 № 6

«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО  
"ДШИ имени А.П. Артамонова (№2)"  
Т.А. Ушакова

«25» июня 2019г.



Разработчик:

**Ерофеева Л.В.** – преподаватель по классу «Сценическое движение»  
высшей квалификационной категории

Рецензент:

**Наретя Ф.П.** – ведущий преподаватель РКИ  
руководитель театра-студии «Турандот»  
актер театра и кино

## Содержание

Пояснительная записка	2
Учебно – тематический план 1 года обучения	6
Содержание программы 1 года обучения	7
Учебно – тематический план 2 года обучения	10
Содержание программы 2 года обучения	11
Учебно – тематический план 3 года обучения	15
Содержание программы 3 года обучения	16
Учебно – тематический план 4 года обучения	19
Содержание программы 4 года обучения	20
Список использованной литературы	23
Приложение А	24
Приложение Б	36
Приложение В	39

## Пояснительная записка

Искусство движения вообще и на сцене, основывается на многих умениях и навыках, как общего, так и частного порядка. Одни из них способствуют развитию определённых психофизических качеств, другие оснащают практическими навыками. Отделить их друг от друга невозможно.

Образовательная программа «Сценическое движение» является частью программы **Детского поэтического театра «Слово»**, призванной заниматься воспитанием, совершенствованием сценических навыков, в том числе и пластической культуры ребёнка и относится к **художественно-эстетической** направленности его деятельности.

**Актуальность.** Программа помогает правильно и гармонично формировать как само тело ребёнка, так и отношение к сценической культуре. Сценическая культура, в свою очередь, позволяет совершить целенаправленный подход ребёнка к творческой деятельности: определяет рамки бытового существования и творческого. Творческая деятельность ребёнка в учреждениях дополнительного образования обеспечивает его интеграцию в мировую и отечественную культуру.

Программа направлена на воспитание общих и частных пластических навыков, восприятия тела как инструмента, позволяющего раскрыть пластические способности ребёнка, формирование в исполнителе потребности и возможности выразительного движения, а также воспитание и совершенствование пластического воображения, духовной пластичности.

**Педагогическая целесообразность.** Ребёнок, особенно в подростковый период, часто бывает излишне зажат как физически так и эмоционально. Сценическое движение, помогает снять зажимы, но само по себе не решает в полной мере всей проблемы, оно направлено на проявление внешнего действия и образно говоря, отвечает на вопрос «как?» отобразить то или иное действие, переживание, образ. И это не маловажно, так как в театральном искусстве зритель считывает информацию с актёра, прежде всего с внешней техники исполнения.

Часто ребёнок не может отобразить физически то, что от него хочет добиться педагог актёрского мастерства или то, что он придумал сам. Иногда причина скрывается в том, что он не может или пока не умеет управлять собственным телом. Естественно, что и в быту возникают подобные проблемы, связанные с психофизическим аппаратом. Сценическое движение учит, как сделаться «хозяином собственного тела». Развивает «внутреннее внимание» и координацию.

### **Цель:**

Развитие внешней техники учащегося - актёра, как материал, инструмент и результат одухотворённого творческого процесса. Также развитие и совершенствование у обучающихся ряда основных психических и двигательных качеств, которые необходимы в их будущей жизненной деятельности, такие как: внимание, память, воля, сила, гибкость, быстрота, ловкость и выносливость.

### **Задачи:**

- Свободно владеть собственным телом (снятие физических зажимов, свободное перевоплощение в образ).
- Воспитывать телесную культуру, развивать внутренний мир ребёнка.
- Учить извлекать пластические образы из жизни и собственной фантазии.
- Изменить ранее обретенные телесные стереотипы.
- Развивать гибкость и пластичность не только тела, но и мышления.
- Развивать координацию и внимание.

Программа рассчитана на 4 года обучения, для детей в возрасте от 8 – 17 лет.

### **Режим занятий:**

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа

2 год обучения - 2 раза в неделю по 2/3 часа

3 год обучения - 2 раза в неделю по 2/3 часа

4 год обучения - 2 раза в неделю по 3 часа

### **Формы и методы проведения занятий**

Основной и самой необходимой формой занятий являются групповые занятия-тренинги. Группы могут быть как разновозрастные, так и одновозрастные, формирование групп, как правило, происходит исходя из репертуарного плана на год, в зависимости от того какие дети должны играть в спектакле. Утверждение детей на роль в спектакле зависит от способностей и возможностей ребенка, его подготовки, желания. Для каждого воспитанника предлагается индивидуальный образовательный маршрут, который определяет переход с этапа на этап обучения. Программой предусмотрены индивидуальные занятия, для закрепления материала у воспитанников, для занятий с отстающими от программы детьми, для работы с одаренными детьми, с детьми исполняющими главные роли в спектаклях. Индивидуальные часы помогают раскрыть каждую личность более красочно и полно, так как внутренний мир каждого человека уникален и способы его отображения в пластике индивидуальны.

Разнообразные формы проведения занятий: традиционное занятие, практическое занятие, игра, праздник, путешествие, экскурсия, репетиции, конкурс, творческая встреча, позволяют детям усвоить разделы программы в полном объеме.

Экскурсии имеют большую познавательную ценность, пробуждают наблюдательность, способность мыслить аналитически, т.е. анализировать каждую показанную работу, извлекать из нее что-то новое и нужное для дальнейшего применения в своих творческих постановках.

Учитывая психолого – физиологические особенности детей используется игровая деятельность. При этом игры связаны с тем материалом, который изучается в процессе занятий. Игры, как *подвижные*, так и *интеллектуальные*.

Методы организации деятельности обучающихся на занятиях:

1. *фронтальный* - одновременная работа со всеми учащимися
2. *коллективный* - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми

3. *индивидуально-фронтальный* - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы
4. *групповой* - организация работы по малым группам (от 2 до 7 человек)
5. *в парах* - выполнение заданий по парам, последующая презентация результатов выполнения заданий и их обобщение
6. *индивидуальный* - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем

#### **Особенности учебного процесса:**

- Возможность обучения в одной группе детей разного возраста.
- Научить перевоплощаться как в одушевлённый предмет, так и в не одушевлённый.
- Понимание тела как художественного инструмента для создания живого образа

Основная часть теории выдаётся на вводном занятии, в дальнейшем теория требуется как направление и схема намеченного действия. На занятиях используется видео материал в качестве примера возможностей пластики и в большей степени играет стимулирующую роль. Кроме того, используются беседы для направления творческого вектора группы.

#### **Ожидаемые результаты:**

**После первого года обучения дети могут:**

##### ***знать:***

- технику безопасности трюковой пластики.

##### ***уметь:***

- применить выразительный жест.
- управлять своим телом и вычленять главное в пластической схеме.
- поставить простейший пластический этюд.

**После второго года обучения дети могут:**

##### ***знать:***

- технику безопасности в сценическом бое и трюковой пластики

##### ***уметь:***

- применять более широкий выразительный жест.
- работать в ансамбле в общем темпо-ритме.
- органично существовать на сцене.
- построить сценический бой.
- передавать внутреннее состояние при помощи пластических средств.
- управлять системой мышечного напряжения.

**После третьего года обучения дети могут:**

##### ***знать:***

- технику безопасности в сценическом фехтовании

##### ***уметь:***

- проводить пластический тренинг.
- найти наиболее точное отображение художественного произведения средствами пластики.

- реализовать стихотворный текст в движении.
- создать полный, законченный образ.
- почувствовать партнёра.
- простроить фехтовальную схватку.

**после четвёртого года обучения дети могут:**

***знать:***

- схему восстанавливающего тренинга и уметь применить её самостоятельно, после долгого перерыва.

***уметь:***

- привести начальный импульс к законченной художественной форме.
- наполнить вокальную ноту, пластическим содержанием.
- отображать ритм в пластическом эквиваленте и создавать законченный образ на основе произвольного ритма.
- соединять музыкальные, литературные и пластические образы для создания единого, законченного сценического произведения.
- профессиональное, точное владение собственным телом.
- отразить режиссёрскую идею через призму пластики тела.
- отразить собственную мысль через призму пластики тела.

**Способы определения результативности:**

Процесс наблюдения, готовые работы, итоговые занятия по темам, отчетные концерты, конкурсы.

**Учебно-тематический план**  
I год обучения

Разделы	Наименование разделов и тем.	Количество часов в год		
		всего	теория	практика
	Введение. Вводное занятие	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b><u>1</u></b>	<u>Общий пластический тренинг</u>	86	2	84
<b><u>2</u></b>	<u>Основы трюковой пластики</u>	28	2	26
<b><u>3</u></b>	<u>Пластические этюды</u>	28	2	26
Всего:		144	8	136



## Содержание программы

1 год обучения

Первый этап обучения разрешает задачу развития и воспитания психофизического аппарата актёра.

### **Вводное занятие**

Знакомство с группой. Знакомство с понятием сценическая пластика. Знакомство с содержанием курса. Санитарно-гигиенические правила на занятии (одежда для занятия, причёска, обувь), правила поведения и внутреннего распорядка. Правила техники безопасности.

### **Раздел 1**

#### **Общий пластический тренинг**

##### **1.1. Начало формирование внешней техники**

Учить исследовать собственное тело, разделять его на отделы: шейный, плечевой, локтевой, кистевой, пальцы, грудной, поясничный, тазовый, отдел коленей, стопы, пальцы ног.

##### **Практические занятия**

«Упражнения в ходьбе и беге», «Упражнения в основной стойке», «Плечевой пояс», «Поясничный отдел», «Пояс таза», «Колени», «Стопы», «Упражнения на полу».

##### **1.2. Совершенствование двигательных навыков**

Снять телесные стереотипы сформированные у детей. Развивать координацию движений. Совершенствовать осанку и походку. Добиваться целенаправленных точных движений, навыка распределения затрат мышечной энергии, необходимой для совершения какого либо действия на сцене.

##### **Практические занятия**

«пояс плеча и груди», «шея», «упражнения в ходьбе и беге», «упражнения в основной стойке», «плечевой пояс», «поясничный отдел», «пояс таза», «колени», «стопы», «упражнения на полу».

##### **1.3. Воспитание «мышечного чувства»**

Развивать пластическое воображение. Формировать рентабельность движения как наличие навыка акцентирования и определения доминанты движения, то есть наличие способности к подчинению большого количества движений, наполняющих пластическую партитуру, одному главному движению.

##### **Практические занятия**

«упражнения в ходьбе и беге», «упражнения в основной стойке», «упражнения на полу».

#### **1. 4. Выразительность рук**

Воспитывать и совершенствовать технику профессионального точного жеста. Учить наполнять движения рук определённым содержанием.

#### **Практические занятия**

Упражнения «Волны», «Крылья», «Кран», «Теннисный мяч», «Буратино», «Верёвочка», «Струна».

### **Раздел 2**

#### **Основы трюковой пластики**

Простейшие гимнастические и акробатические комплексы.

#### **2.1. Поддержки в балансе**

Развивать чувство баланса, координацию, инерцию. Формировать чувство движения на всех возможных уровнях. Активизировать работу как крупных, так и мелких мышц, захватывая химической реакцией практически всю мышечную массу. Развивать как выносливость, так и способность делить напряжение вместе с партнером. Развивать контактное физическое ощущение партнера.

#### **Практические занятия**

Упражнения «Друзья», «Бабочка», «Аврора», «Космос», «Тюльпан», «Пирамида»

#### **2.2. Перекаты**

Развивать умение группироваться, свободно перемещаться по площадке, не задевая друг друга. Удерживать и снимать напряжение в определенные моменты исполнения.

#### **Практические занятия**

Упражнения «Оползень», «Перекаты», «Вертушки», «Черепашки»

#### **2.3. Кувырки**

Отрабатывать правильную технику исполнения кувырка (не задевая голову). Учить переносить центр тяжести в необходимые точки. Изучить разные виды кувырков для применения в будущие пластические этюды, спектакли.

#### **Практические занятия**

Упражнения «Кувырок вперед», «Кувырок назад» «Кувырок через плечо», «Промокашка», «Каскад», «Двойные кувырки», «Тройные кувырки».

#### **2.4. Стойки**

Развивать координацию в неудобном положении (вниз головой). Учить распределять напряжение при выполнении стойки на руках, переносить центр тяжести. Формировать умение распределить силу толчка. Учить выполнять упражнение в комплексе с другими.

#### **Практические занятия**

Упражнения «Свечка», «Стойка на руках», «Кульбит», «Мостик», «Кузнечик», «Дельфин».

## **Раздел 3**

### **Пластические этюды**

#### **3.1. «Экспликация этюда»**

Учить определять тему, идею, сверхзадачу, событийный ряд этюда

Учить детей договариваться, распределять роли.

#### **Практические занятия**

Этюды «Я - вода», «Моё имя», «В парке», «Явления природы», «Предметы», «Животные», «Этюды на жизненную ситуацию».

#### **3.2. Органика и поиск собственных выразительных средств**

Развивать воображение, учить подбирать пластическую форму в этюде с «манком» Учить импровизировать под заданную на занятии музыку.

Придумывать и воплощать собственные пластические этюды.

#### **Практические занятия**

Этюды «Я – вода», «Мой любимый цвет», «Редкое растение» «Жизнь животного» «Несуществующее животное», «Цветок», «Рыбка в ...»

#### **3.3. Подготовка и воплощение этюдов**

Работа над лучшими показанными этюдами. Доработка и оснащение этюдов.

Работа над общим пластическим этюдом.

#### **Практические занятия**

«Черновые репетиции», «Оснащение необходимым реквизитом», «Монтировочные репетиции», «Чистые репетиции», «Прогонные репетиции», «Генеральная репетиция».

**Учебно-тематический план**  
II год обучения

Разделы	Наименование разделов и тем	Количество часов в год для детей 8-10 лет			Количество часов в год для детей 11-17 лет		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика
	Вводное занятие	2	2		3	3	
<u>1</u>	<u>Пластический тренинг</u>	10		10	15		15
<u>2</u>	<u>Импровизация</u>	40	2	38	60	3	57
<u>3</u>	<u>Трюковая пластика</u>	28	2	26	42	3	39
<u>4</u>	<u>Сценический бой</u>	26	2	24	39	3	36
<u>5</u>	<u>Пластические этюды</u>	38		38	57		57
	Итого:	144	8	136	216	12	204

## Содержание образовательной программы

2 год обучения

Второй этап обучения помогает воспитанникам стать более пластичными, мягкими, «думающими» телом и творящими как в ансамбле так и индивидуально. Помогает подготовить тело к спектаклю с включением боевых сцен.

### **Вводное занятие**

Знакомство с содержанием курса. Построение дальнейшей работы на год. Напоминание техники безопасности на занятиях.

## **Раздел 1**

### **Пластический тренинг**

#### **1.1. Восстановление физической пластической формы**

Восстанавливать физическую форму тела. Развивать пластичность. Учить регулировать и контролировать напряжение мышц в разных частях своего тела.

##### **Практические занятия**

«Упражнения в ходьбе и беге», «Упражнения в основной стойке», «Плечевой пояс», «Поясничный отдел», «Пояс таза», «Колени», «Стопы», «Упражнения на полу».

## **Раздел 2**

### **Импровизация**

#### **2.1. Темпо-ритм личный и группы**

Учить «слушать» свой темпо-ритм и уметь чувствовать темпо-ритм группы. Развивать умение работать с внутренним одним ритмом, а осуществлять действие в другом темпе.

##### **Практические занятия**

Упражнения «Импульс», «Хаотическое движение», «Дерево», «Огонь», «Тряпичная кукла».

#### **2.2. Чувство ансамбля:**

Учить умению «слушать» телом и отвечать на импульсы из вне. Формировать умение ощущать ансамбль, себя как необходимую и значимую часть ансамбля, а также работать ансамблем как одним телом или одной кистью. Это умение имеет несколько составляющих:

*Первая составляющая:* мягкое, пластичное, подготовленное тело;

*Вторая составляющая:* определенный уровень координации и отличная телесная реакция;

*Третья составляющая:* внимание;

*Четвертая составляющая:* ощущение и способность к передаче определенного темпа - ритма действия, умение воспринимать его телом и реализовать.

## **Практические занятия**

Упражнения «Тутти», «Морское дно», «Заразительный рапид», «Энергетический коридор», «Повторяй за мной».

### **2.3. «Солист и оркестр»**

Совершенствовать воображение, творческую фантазию, активизировать внимание, реактивности, мобильности. Развивать умение распределять себя в пространстве. Здесь ансамблем (оркестром) выступает тело учащегося, в котором часть тела (например, кисть, стопа, руки, пояс таза и т.д.) является солистом. Достижение более высокого уровня в пластической реализации художественного образа.

## **Практические занятия**

Упражнения «Цветок», «Рождающаяся звезда», «Глина», «Туман», «Таяние», «Дыхание».

### **2.4. Передача импульса телом**

Учить передавать телом импульсы, состояния, настроения, явления, предмета. Учить восстанавливать физическое состояние в пластической оболочке и передавать через пластику внутреннего состояния партнеру или зрителю. Развить пластическое воображение. Главное, не сбиться на передачу внешнего, на иллюстрацию предмета или процесса. Гораздо более важной будет попытка передачи сути и ее выражения.

## **Практические занятия**

Упражнения «Импульсы жадности», «Ломающееся стекло», «Конфетти», «Мыльные пузыри», «Пушинка», «Капли смолы», «Импульс радости».

## **Раздел 3**

### **Трюковая пластика**

#### **3.1. Прыжки**

Прыжки на сцене находят применение в случаях, когда надо быстро преодолеть, когда надо перепрыгнуть через препятствие. Развивать ловкость, смелость, быстроту, сосредоточенность, это те качества, которыми должен обладать учащийся в момент приготовления и осуществления прыжка. Развивать умение в момент прыжка обретать легкость. Развивать умение мягко и уверенно приземляться.

## **Практические занятия**

Упражнения «Забор», «Канавка», «Лужа», «Прыжок с высоты».

#### **3.2. Падения**

Создать у учащихся представление о том, как можно, последовательно расслабляясь, осторожно ложиться на пол; как можно, применяя подсобные движения, быстро и безопасно ложиться, создавая впечатление падающего тела. Учить понимать взаимодействие частей тела при падениях с расслабленной мускулатурой тела.

## **Практические занятия**

Упражнения на падения от импульсов «Падение вперед», «Боковое падение», «Падение назад», «Падение с позиции сидя».

### **3.3. Падения с возвышенной поверхности**

Отрабатывать верную технику приземления, главное не добавить больше пауз, чем надо или упустить важные моменты перехода. Учить управлять мускульным напряжением в переходных стадиях падения.

## **Практические занятия**

Упражнения «Падения с высоты».

## **Раздел 4**

### **Сценический бой**

Формировать у учащихся точность действия, быстроту реакции, собранность. Развивать умение рассчитывать расстояние удара, чтобы реально не ударить партнера. Развивать внимание, чтобы не было удара в одну сторону, а отыгрыша в другую, совершенно противоположную.

## **Практические занятия**

Упражнения «Замах», «Удар», «Отыгрыш».

## **Раздел 5**

### **Пластические этюды**

#### **5.1. Пластичность и скульптурность**

Развивать умение управлять системой мышечного напряжения для органического существования на сцене. В зависимости от сценической задачи актер должен уметь находить свое место на сцене. Для исполнителей всех жанров и во всех ролях умение передвигаться вовремя темпо-ритмически верно, в соответствии с внутренним самочувствием и в то же время, соблюдая эстетические нормы в движениях тела, является выражением органичной скульптурности.

## **Практические занятия**

Упражнения

«Скульптура», «Заполняя тишину», «Созвучие».

#### **5.2. «Поющее тело»**

Учить находить пластический (телесный) эквивалент звучащему человеческому голосу, другой вариант упражнений этого цикла – телесная партитура воображаемого пения. Работа подразумевает не только обращение на внешнюю технику учащегося, но и включает и тренирует внутреннюю технику.

## **Практические занятия**

Упражнения «Голос тела», «Мяч», «Энергетический шар», «Горка».

#### **5.3. Пластические этюды. Спектакль**

Учить построению пластического этюда (определение темы, проблема в этюде, идеи, событийного ряда). Поиск пластической формы. Постановка. Работа над

лучшими показанными этюдами. Доработка и оснащение этюдов. Работа над общим пластическим этюдом («черновые» репетиции, оснащение необходимым реквизитом, «чистые» репетиции, прогоны, генеральная репетиция).

### **Практические занятия**

«Черновые репетиции», «Оснащение необходимым реквизитом», «Монтировочные репетиции», «Чистые репетиции», «Прогонные репетиции», «Генеральная репетиция».



**Учебно-тематический план**  
III год обучения

Разделы	Наименование разделов и тем.	Количество часов в год для детей 8-10 лет			Количество часов в год для детей 11-17 лет		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика
	Вводное занятие	2	2		3	3	
<u>1</u>	<u>Пластический тренинг</u>	10		10	15		15
<u>2</u>	<u>Создание художественного образа</u>	50	4	46	78	6	72
<u>3</u>	<u>Сценическое фехтование</u>	54	2	52	78	3	75
<u>4</u>	<u>Пластические этюды</u>	28	2	26	42	3	39
	Итого:	144	10	134	216	15	201

## **Содержание образовательной программы**

### **3 год обучения**

Третий год обучения подводит воспитанников к слиянию пластики и словесного действия. А также помогает подготовить тело к спектаклю с включением фехтования для выражения эпохи или для выражения полного замысла режиссера.

#### **Вводное занятие**

Знакомство с содержанием курса. Построение дальнейшей работы на год. Напоминание техники безопасности на занятиях.

### **Раздел 1**

#### **Пластический тренинг**

##### **1.1. Восстановление физической пластической формы**

Восстанавливать физическую форму тела. Развивать пластичность. Учить регулировать и контролировать напряжение мышц в разных частях своего тела. Формировать способность тела к усвоению нового материала, а также поддержки формы.

##### **Практические занятия**

Упражнения «Упражнения в ходьбе и беге», «Упражнения в основной стойке», «Плечевой пояс», «Поясничный отдел», «Пояс таза», «Колени», «Стопы», «Упражнения на полу».

### **Раздел 2**

#### **Создание художественного образа**

##### **2.1. Внутренняя структура образа**

Учить правильно, отрабатывать специальные речевые и движенческие навыки для верного определения звука движения, при котором рождающийся образ выглядит органичнее и ярче. Развивать природу исполнителя для полного и легкого ее раскрытия. Развивать воображение, режиссерское мышление. Тренировать и оттачивать чувство ритма, как ритма стихотворения, так и пластического рисунка. Формировать способность точно переносить ритмическую структуру стихотворения на пластику тела и, соответственно, на пластику мизансцены. Учить умению организации движения, его размерности во времени и пространстве.

##### **Практические занятия**

Упражнения «Ноты», «Камертон», «Микстура», «Детское стихотворение», «Стихотворение о любви», «Стихотворение сюжетное».

## **2.2. Поиск пластической формы**

Подготовка к разделу «Пластический эквивалент стихотворения». Учить отображать учащимися произведения (музыкальное, прозаическое, стихотворное и т. д.). Воплощать в действие и мысли, и чувства, и воображение, и телесные внешние характеристики образа. Формировать умение определения цели любого психофизического действия.

### **Практические занятия**

Упражнения «Импровизация», «Прямая иллюстрация», «Иллюстрация подтекста», «Иллюстрация эмоционального состояния», «Иллюстрация параллельно рождающегося образа», «Комбинированная иллюстрация».

## **2.3. Пластический эквивалент стихотворения**

Учить умению реализовывать стихотворный текст в движении. Развивать умение рассматривать через призму пластического действия стихотворный материал. Учить сценической пластической интерпретации стихотворного текста.

### **Практические занятия**

Упражнения «Импровизация», «Сюжет», «Автор», «Эмоции», «Фраза», «Четверостишие», «Комбинированная иллюстрация».

## **Раздел 3**

### **Сценическое фехтование**

#### **3.1. 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».

#### **3.2. 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»

### **3.3. 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».

### **3.4. 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».

## **Раздел 4**

### **Пластические этюды**

#### **4.1. Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля к концу года.**

Учить построению пластического этюда (определение темы, проблема в этюде, идеи, событийного ряда). Поиск пластической формы. Постановка. Работа над лучшими показанными этюдами. Доработка и оснащение этюдов. Работа над общим пластическим этюдом («черновые» репетиции, оснащение необходимым реквизитом, «чистые» репетиции, прогоны, генеральная репетиция). Подготовка и воплощение пластического спектакля на основе жизненной ситуации, прозаического произведения, пьесы.

### **Практические занятия**

«Черновые репетиции», «Оснащение необходимым реквизитом», «Монтировочные репетиции», «Чистые репетиции», «Прогонные репетиции», «Генеральная репетиция».

**Учебно-тематический план**  
IV год обучения

Разделы	Наименование разделов и тем	Количество часов в год		
		всего	теория	практика
	Вводное занятие	3	3	
<u>1</u>	<u>Пластический тренинг</u>	18		18
<u>2</u>	<u>Ритмопластика</u>	129	3	126
<u>3</u>	<u>Трюковая пластика</u>	26		26
<u>4</u>	<u>Пластические этюды.</u> <u>Пластический спектакль</u>	40	6	34
Всего:		216	12	204

## **Содержание программы**

### **4 год обучения**

Четвёртый год обучения направлен на закрепление связей между пластикой и словесным действием у воспитанников. На данном этапе учащиеся должны достигнуть совершенства в воплощении художественного образа на сцене.

#### **Вводное занятие**

Знакомство с содержанием курса. Построение дальнейшей работы на год. Напоминание техники безопасности на занятиях.

### **Раздел 1**

#### **Пластический тренинг**

##### **1.1. Повторение материала по восстановлению пластической формы**

Восстанавливать физическую форму тела. Развивать пластичность. Учить регулировать и контролировать напряжение мышц в разных частях своего тела. Формировать способность тела к усвоения нового материала, а также к поддержке формы.

##### **Практические занятия**

Упражнения «Упражнения в ходьбе и беге», «Упражнения в основной стойке», «Плечевой пояс», «Поясничный отдел», «Пояс таза», «Колени», «Стопы», «Упражнения на полу».

### **Раздел 2**

#### **Ритмопластика**

##### **2.1. Создание и развитие импульса до завершённой художественной формы**

Формировать способность осознания действия, его целенаправленность. Активизировать очень подробный поиск пластического образа, рождаемого импульсом, созданным в произвольной точке. Развивать пластическое воображение и подготавливать к следующему разделу.

##### **Практические занятия**

Упражнения «Импульс движения», «Волна события», «Импульс настроения», «Импульс-этюда», «Поза-этюда», «Перемена актеров».

Этюды на первоначальный импульс «Картина-действие», «Движение-настроение-этюда» и т.п.

##### **2.2. Поддержка вокальной ноты пластической формой**

Учить сопровождать вокальную ноту подобранным жестом. Совершать поиск точки рождения пластического импульса и наполнять им вокальную ноту.

Учить соединять пластическую схему, созданную единым импульсом. Активизировать работу с одним и несколькими партнёрами. Работа в ансамбле. Развивать словесное действие.

### **Практические занятия**

Упражнения «Импровизация», «Песня в движении», «Слово-действие», «Сюжетная линия», «Фраза», «Импульс фразы».

Этюды «Заданные этюды на классическую музыку», «Этюды-импровизации на музыку»

### **2.3. Ритмопластика**

Учить отображать произвольный ритм средствами пластики, отображать заданный музыкальный ритм средствами пластики. Формировать умение подбора речевого ритма и схемы движений.

### **Практические занятия**

Упражнения «Ноты», «Камертон», «Микстура», «Бытовой жанр», «Волшебный жанр», «Сказочные персонажи», «Фарс», «Произвольные жанры».

### **2.4. Пластический эквивалент музыкально-литературного образа**

Закрепить пройденный материал. Учить создавать законченный образ, являющийся органичным соединением музыкальных, литературных и пластических средств, для создания единого сценического произведения.

Учить реализовывать стихотворный, прозаический текст в движении. Развивать умение рассматривать через призму пластического действия стихотворный, прозаический материал, пьесу. Учить сценической пластической интерпретации пьесы, прозы, стихотворения.

### **Практические занятия**

Упражнения «Характерный жест», «Позы персонажей» «Герой внешний», «Герой внутренний», «Герой пьесы», «Взаимодействия героя», «Характерный жест», «Один герой во всех жанрах»

Этюды «Этюды на отрывок из пьесы, прозаического материала»

## **Раздел 3**

### **Трюковая пластика**

Комплекс акробатических и гимнастических упражнений.

Развивать умение совершенствовать двигательные и пластические навыки, сценические трюки, соединённые в единую, законченную художественную форму. Учить работать с различными бытовыми предметами по единой трюковой схеме.

### **Практические занятия**

Упражнения «Трюки со стулом (кувырки, перевороты)», «Парные трюки с одним теннисным мячом», «Групповые трюки с несколькими мячами», «Трюки с применением палки, шеста»

Этюды с применением одного бытового предмета «Этюды на место действия», «Этюды на отрывок из прозаического материала»

## **Раздел 4**

### **Пластические этюды. Пластический спектакль**

Учить построению пластического этюда (определение темы, проблема в этюде, идеи, событийного ряда). Поиск пластической формы. Постановка. Работа над лучшими показанными этюдами. Доработка и оснащение этюдов. Работа над общим пластическим этюдом («черновые» репетиции, оснащение необходимым реквизитом, «чистые» репетиции, прогоны, генеральная репетиция). Подготовка и воплощение пластического спектакля на основе жизненной ситуации, прозаического произведения, пьесы.

#### **Практические занятия**

«Черновые репетиции», «Оснащение необходимым реквизитом», «Монтировочные репетиции», «Чистые репетиции», «Прогонные репетиции», «Генеральная репетиция».



### Список использованной литературы

1. Бамес, Г. Изображение фигуры человека. - М.: Сварог и К, 1999. - 195 с.
2. Брук, П. Пустое пространство. - М.: Искусство, 1976. - 217 с.
3. Васильев, Ю. А. Голосоречевой тренинг. - СПб.: Питер, 1996. - 169 с.
4. Гиппиус, С.В. Гимнастика чувств. - Л.; М.: Искусство, 1967. - 301 с.
5. Голубовский, Б. Г. Пластика в искусстве актёра. – М.: Искусство, 1986. - 147 с.
6. Григорьянц, Т.А. Сценическое движение. Пластический тренинг.- Кем.: Искусство, 2004.- 96 с.
7. Захава, Б.Е. Мастерство актёра и режиссёра. - М.: Просвещение, 1978. - 342 с.
8. Карпов, Н. В. Уроки сценического движения. - М.: ГИТИС, 1999. - 96 с.
9. Кох И.Э. Основы сценического движения. – М.: ЛГИТМиК, 1948. – 182 с.
10. Кудашева, Т. Н. Руки актёра. - М.: Просвещение, 1970. -159 с.
11. Морозова, Г. В. Пластическое воспитание актёра. - М.: Terra Спорт, 1998. - 253 с.
12. Морозова, Г. В. Понятие темпоритма сценического действия. - М.: Профессия, 1968. - 248 с.
13. Станиславский К. С. Работа актёра над собой. - М.: Искусство, 1985. - 373 с.

## Приложение А

### Календарно-тематический план первого года обучения

сентябрь			
№	Наименование темы.	теория	практика
1.	Введение. Вводное занятие.	2	
2.	Начало формирования внешней техники.		12
3.	Совершенствование двигательных навыков.		4
октябрь			
1.	Начало формирования внешней техники.		6
2.	Совершенствование двигательных навыков.		6
3.	Выразительность рук.	2	
4.	Перекаты.		2
5.	Стойки.		4
ноябрь			
1.	Совершенствование двигательных навыков.		8
2.	Выразительность рук.		4
3.	Воспитание «мышечного чувства».		4
декабрь			
1.	Совершенствование двигательных навыков.		2
2.	Выразительность рук.		4
3.	Воспитание «мышечного чувства»		4
4.	Кувырки.		2
январь			
1.	Совершенствование двигательных навыков.		2
2.	Выразительность рук.		4
3.	Воспитание «мышечного чувства».		2
4.	Кувырки.		4
5.	Стойки.		2
февраль			
1.	Воспитание «мышечного чувства».		4
2.	Поддержки в балансе.	2	2
3.	«Экспликация этюда».	2	
март			
1.	Выразительность рук.		8
2.	Воспитание «мышечного чувства».		8
3.	Поддержки в балансе.		4

апрель			
1.	Воспитание «мышечного чувства».		6
2.	Стойки.		2
3.	Органика и поиск собственных выразительных средств.		4
4.	Подготовка и воплощение этюдов.		4
май			
1.	Органика и поиск собственных выразительных средств.		4
2.	Подготовка и воплощение этюдов.		14
ИТОГО			144

**Календарно-тематический план  
второго года обучения.**

2 раза в неделю по 3 часа

сентябрь			
№	Наименование темы.	теория	практика
1.	Вводное занятие.	3	
2.	Восстановление физической и пластической формы.		9
3.	Темпо –ритм личный и группы.		6
4.	Передача импульса телом.		6
октябрь			
1.	Восстановление физической и пластической формы.		6
2.	Темпо –ритм личный и группы.		3
3.	Передача импульса телом.		3
4.	«Солист и оркестр».	3	6
5.	Чувства ансамбля		3
ноябрь			
1.	Темпо -ритм личный и группы.		3
2.	Передача импульса телом.		3
3.	Чувство ансамбля.		9
4.	«Солист и оркестр».		6
5.	Прыжки.		3
декабрь			
1.	Чувство ансамбля.		3
2.	Прыжки.		6
3.	Падения.	3	6
4.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		6
январь			
1.	Передача импульса телом.		6
2.	Падения.		6
3.	Падения с возвышенной поверхности.		6
4.	Сценический бой.	3	
5.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		3
февраль			
1.	Падения.		3
2.	Падения с возвышенной поверхности.		3
3.	Сценический бой.		12
4.	Пластичность и скульптурность.		6
март			
1.	Падения.		3

2.	Сценический бой.		9
3.	Пластичность и скульптурность.		3
4.	«Поющее тело».		6
5.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		3
апрель			
1.	Падения.		3
2.	Сценический бой.		12
3.	Пластичность и скульптурность.		3
4.	«Поющее тело».		3
5.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		3
май			
1.	Сценический бой.		3
2.	«Поющее тело»		6
3.	Пластические этюды. Подготовка спектакля. Спектакль.		15
ИТОГО			216

**Календарно-тематический план  
второго года обучения.**

2 раза в неделю по 2 часа

сентябрь			
№	Наименование темы.	теория	практика
1.	Вводное занятие.	2	
2.	Восстановление физической и пластической формы.		6
3.	Темпо –ритм личный и группы.		4
4.	Передача импульса телом.		4
октябрь			
1.	Восстановление физической и пластической формы.		4
2.	Темпо –ритм личный и группы.		2
3.	Передача импульса телом.		2
4.	«Солист и оркестр».	2	4
5.	Чувства ансамбля		2
ноябрь			
1.	Темпо -ритм личный и группы.		2
2.	Передача импульса телом.		2
3.	Чувство ансамбля.		6
4.	«Солист и оркестр».		4
5.	Прыжки.		2
декабрь			
1.	Чувство ансамбля.		2
2.	Прыжки.		4
3.	Падения.	2	4
4.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		4
январь			
1.	Передача импульса телом.		4
2.	Падения.		4
3.	Падения с возвышенной поверхности.		4
4.	Сценический бой.	2	
5.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		2
февраль			
1.	Падения.		2
2.	Падения с возвышенной поверхности.		2
3.	Сценический бой.		8
4.	Пластичность и скульптурность.		4
март			
1.	Падения.		2

2.	Сценический бой.		6
3.	Пластичность и скульптурность.		2
4.	«Поющее тело».		4
5.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		2
апрель			
1.	Падения.		2
2.	Сценический бой.		8
3.	Пластичность и скульптурность.		2
4.	«Поющее тело».		2
5.	Пластические этюды. Подготовка спектакля.		2
май			
1.	Сценический бой.		2
2.	«Поющее тело»		4
3.	Пластические этюды. Подготовка спектакля. Спектакль.		10
ИТОГО			144

**Календарно-тематический план  
третьего года обучения.**

2 раза в неделю по 3 часа

сентябрь			
№	Наименование темы.	теория	практика
1.	Вводное занятие.	3	
2.	Восстановление физической и пластической формы.		9
3.	Внутренняя структура образа.		12
октябрь			
1.	Восстановление физической и пластической формы.		6
2.	Внутренняя структура образа.		6
3.	Поиск пластической формы.	3	3
4.	Пластический эквивалент стихотворения.	3	3
ноябрь			
1.	Поиск пластической формы.		6
2.	Внутренняя структура образа.		3
3.	Пластический эквивалент стихотворения.		9
4.	Пластические этюды.		6
декабрь			
1.	Пластический эквивалент стихотворения.		12
2.	Поиск пластической формы.		6
3.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.	3	3
январь			
1.	Пластический эквивалент стихотворения.		9
2.	Стойка.	3	9
3.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		3
февраль			
1.	Стойка.		6
2.	Поклон. Шаги.		6
3.	Уколы. Блоки.		6
4.	Пластический эквивалент стихотворения.		3
5.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		3
март			
1.	Стойка.		6
2.	Поклон. Шаги.		6
3.	Уколы. Блоки.		6
4.	Комбинации.		3



5.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		3
апрель			
1.	Уколы. Блоки.		6
2.	Поклон. Шаги.		3
3.	Комбинации.		9
4.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		6
май			
1.	Комбинации.		9
2.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		15
ИТОГО			216

**Календарно-тематический план  
третьего года обучения.**

2 раза в неделю по 2 часа

сентябрь			
№	Наименование темы.	теория	практика
1.	Вводное занятие.	2	
2.	Восстановление физической и пластической формы.		6
3.	Внутренняя структура образа.		8
октябрь			
1.	Восстановление физической и пластической формы.		4
2.	Внутренняя структура образа.		4
3.	Поиск пластической формы.	2	2
4.	Пластический эквивалент стихотворения.	2	2
ноябрь			
1.	Поиск пластической формы.		4
2.	Внутренняя структура образа.		2
3.	Пластический эквивалент стихотворения.		6
4.	Пластические этюды.		4
декабрь			
1.	Пластический эквивалент стихотворения.		8
2.	Поиск пластической формы.		4
3.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.	2	2
январь			
1.	Пластический эквивалент стихотворения.		6
2.	Стойка.	2	6
3.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		2
февраль			
1.	Стойка.		4
2.	Поклон. Шаги.		4
3.	Уколы. Блоки.		4
4.	Пластический эквивалент стихотворения.		2
5.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		2
март			
1.	Стойка.		4
2.	Поклон. Шаги.		4
3.	Уколы. Блоки.		4
4.	Комбинации.		2

5.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		2
апрель			
1.	Уколы. Блоки.		4
2.	Поклон. Шаги.		2
3.	Комбинации.		6
4.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		4
май			
1.	Комбинации.		6
2.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.		10
ИТОГО			144

**Календарно-тематический план  
четвёртого года обучения.**

сентябрь			
№	Наименование темы.	теория	практика
1.	Вводное занятие.	3	
2.	Повторение материала по восстановлению пластической формы.		15
3.	Создание и развитие импульса до завершённой художественной формы.		6
октябрь			
1.	Повторение материала по восстановлению пластической формы.		3
2.	Создание и развитие импульса до завершённой художественной формы.		15
3.	Поддержка вокальной ноты пластической формой.		6
ноябрь			
1.	Поддержка вокальной ноты пластической формой.		15
2.	Создание и развитие импульса до завершённой художественной формы.		9
декабрь			
1.	Поддержка вокальной ноты пластической формой.		9
2.	Ритмопластика.		12
3.	Трюковая пластика.		3
январь			
1.	Ритмопластика.		9
2.	Пластический эквивалент музыкально-литературного образа.	3	6
3.	Трюковая пластика.		3
4.	Пластические этюды. Пластический спектакль.		3
февраль			
1.	Пластический эквивалент музыкально-литературного образа.		12
2.	Ритмопластика.		9
3.	Трюковая пластика.		3
март			
1.	Пластический эквивалент музыкально-литературного образа.		18
2.	Трюковая пластика.		6

Апрель			
1.	Трюковая пластика.		11
2.	Пластические этюды. Подготовка пластического спектакля.	3	10
май			
1.	Подготовка пластического спектакля. Пластический спектакль.	3	21
ИТОГО			216

Приложение Б

Соотнесение критериев результатов обучения с уровнями грамотности

Оцениваемые параметры	Уровень элементарной грамотности	Уровень функциональной грамотности	Уровень компетентности
<p><b>Теоретическая подготовка</b></p> <p>0- несоответствие; 1-минимальное соответствие; 2-Среднее соответствие; 3- полное соответствие</p>	<p>Могут знать:</p> <p><b>0,1-</b> технику безопасности трюковой пластики</p> <p><b>2-</b> Отличие применения одного выразительного жеста в момент звучания музыки от другого в момент звучания той же музыкальной композиции</p> <p><b>3-</b> знают основы трюковой пластики</p>	<p>Могут знать:</p> <p><b>0,1-</b> что из себя представляет сценический бой (основные отличия от настоящего боя); технику безопасности в сценическом бою и трюковой пластики</p> <p><b>2-</b> как правильно построить сценический бой, основные принципы построения</p> <p><b>3-</b> необходимые комбинации для правильного и зримого сценического боя</p>	<p>Могут знать</p> <p><b>0,1-</b> технику безопасности сценического фехтования; основы сценического фехтования</p> <p><b>2-</b> схему восстанавливающего тренинга для самостоятельного изучения после долгого перерыва занятий; методы построения пластического этюда</p> <p><b>3-</b> Правильное пользование техникой телесного напряжения-состояния покоя; правильное пользование телом, как средством выразительности на сцене; методы восстановления рабочего состояния</p>

			<p>тела;  как средствами  пластической  выразительности создат  режиссерский  пластический этюд</p>
<p><b>Практическая  подготовка</b></p> <p>0-  несоответствие;  1-минимальное  соответствие;  2-Среднее  соответствие;  3- полное  соответствие</p>	<p>Могут уметь:</p> <p><b>0,1 -</b>  правильно  применить той  или иной  пластический  выразительный  жест</p> <p><b>2-</b>  управлять своим  телом и вычленять  главное в  пластической схеме</p> <p><b>3-</b>  поставить  простейший  пластический этюд</p>	<p>Могут уметь:</p> <p><b>0,1 -</b>  применять  более широкий  выразительный  пластический  жест</p> <p><b>2-</b>  работать как в  ансамбле в общем  темпо-  ритме при общей  музыкальной  композиции;  органично  существовать на  сцене</p> <p><b>3-</b>  простроить  сценический бой;  передавать  внутренне  состояние при  помощи  пластических  выразительных  средств;  управлять системой  мышечного  напряжения;  проводить</p>	<p>Могут уметь:</p> <p><b>0,1 -</b>  находить более  точное отображение  художественного  произведения  средствами  пластической  выразительности;  подвести начальный  импульс к законченной  художественной  форме;  реализовывать  стихотворный материал  движении средствами  пластической  выразительности</p> <p><b>2-</b>  наполнить вокальную  ноту пластическим  содержанием;  создавать полный  законченный образ;  чувствовать партнера;  правильно простроить  фехтовальную схватку</p> <p><b>3-</b>  отображать ритм в  пластическом  эквиваленте и создавать</p>

		<p>пластический тренинг</p>	<p>законченный образ на основе произвольного ритма; соединять музыкально - литературные и пластические образы дл единого законченного сценического произведения; профессионально точно владеть своим телом; отражать режиссерскую идею через призму пластики тела; отражать собственную мысль с помощью художественного простроенного пластического этюда, спектакля</p>
--	--	---------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------