

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКИЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «РОДНИК»

Принято
на заседании Педагогического совета
от «26» мая 2020г.
Протокол № 5

Директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
«27» мая 2020г.  А.В.Киселева



Художественная направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Учебный театр Надежда: сценическое движение»

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 3года

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Попов Павел Владимирович

Ярославль, 2020 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Цели, задачи и принципы программы.....	4
3. Особенности комплектования групп. Сроки и режим реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	5
4. Формы и режим занятий	5
5. Ожидаемые результаты.....	6
6. Учебно-тематический план и календарный график.....	8
6.1. Учебно-тематический план и календарный учебный график (начальный уровень).....	8
6.2. Учебно-тематический план и календарный учебный график (базовый уровень).....	10
6.3. Учебно-тематический план и календарный учебный график (углубленный уровень).....	13
7. Содержание программы.....	15
7.1. Содержание программы начального уровня обучения.....	15
7.2. Содержание программы базового уровня обучения.....	18
7.3. Содержание программы углубленного уровня обучения.....	21
8. Обеспечение программы.....	24
9. Мониторинг образовательных результатов.....	26
Список информационных источников.....	29

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена для детей, занимающихся в Учебном театре «Надежда» на основе программы А.В. Гребенкина «Сценическое движение».

Программа имеет художественную направленность.

Детский театральный коллектив – это особая среда, представляющая огромные возможности для развития ребёнка: от пробуждения интереса к сценическому искусству до овладения основами профессионального мастерства. Театр как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всём его разнообразии.

Сценическое движение формирует эмоциональную сферу ребёнка, его координацию, музыкальность и артистичность, воздействует на его двигательный аппарат, развивает слуховую, зрительную, мышечную память. Сценическое движение – это тренировочная дисциплина, позволяющая ребёнку открыть и развить его двигательные способности, научить тело юного актёра реактивности, выносливости, пластичности и выразительности

Актуальность, педагогическая целесообразность

Современный подросток в мире, который его окружает, иногда теряет целостное ощущение собственной личности, своё единство с этим миром. Часто его тело работает отдельно от его разума. Это не позволяет стать ему счастливой и гармоничной личностью. Работая по программе «Сценическое движение в детском театральном коллективе», педагог не ставит собой задачу подготовить из детей профессиональных актёров. Комплекс двигательных дисциплин следует рассматривать как органическую часть всего образовательного процесса, проходящего в детском театральном коллективе. Педагог, средствами сценического движения, воспитывает у ребёнка навыки формирования выразительного, пластически подвижного тела, добивается умения переносить эти навыки из тренировочных упражнений в спектакль. Занятия по программе помогают соединить пластические возможности ребёнка и выразительность его тела, руководствуясь главным правилом - **единство психического и физического начала.**

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

Педагогическая целесообразность – в необходимости научить детей основам пластического искусства и привить им любовь к театральному искусству.

Отличительные особенности программы

Автор программы, прежде всего, опирается на собственный опыт работы с детьми в детских театральных коллективах. Отличие данной программы от

программы А.В. Гребенкина «Сценическое движение» (Программы художественного дополнительного образования детей, М.: Просвещение, 2006) и программы А.Б. Дроздина по сценическому движению в театральном училище им. Щукина состоит в том, что в данную программу вводятся новые темы: «Пластическая импровизация» и «Элементы пантомимы» и частично видоизменяются некоторые разделы: «Тренировка музыкальности и ритмичности», «Исправление дефектов осанки и походки».

Новизна программы - в современном освоении учебного материала, интенсивном совершенствовании пластики, двигательной координации и сценической выразительности юных актеров, через элементы игры и пластической импровизации.

2. Цель и задачи программы.

Цель программы - раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала в процессе обучения сценическому движению с учетом комплексного обучения театральному искусству.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить методам самоконтроля
- обучить управлению вниманием
- обучить управлению телесным аппаратом
- обучить музыкальности и ритмичности
- обучить технике безопасности на занятиях сценическим движением
- 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.

3. Особенности комплектования групп.

Сроки и режим реализации программы.

Программа реализуется по уровням обучения: начальный уровень; базовый уровень и углубленный уровень.

Содержание программы начального уровня рассчитана на обучающихся в возрасте 7 -10 лет. Количество детей в группах 10-12. Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу. Срок обучения 1 год.

Содержание программы базового уровня рассчитана на обучающихся в возрасте 10 -13 лет. Количество детей в группах 10-12. Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу. Срок обучения 1 год.

Содержание программы углубленного уровня рассчитана на обучающихся в возрасте 13 -17 лет. Количество детей в группах 10-12. Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу. Срок обучения 1 год.

4. Формы и режим занятий

Форма занятий:

1. Групповая работа «большие группы» - тренинг, сценическое движение, прогоны спектаклей.
2. Работа в смешанных подгруппах «малые группы» - репетиция отдельных этюдов, сцен спектакля.
3. Индивидуальная работа по построению роли, развития действия персонажа.

Для обучающихся по данной программе проводятся также занятия по ряду художественно-эстетических дисциплин, помогающих в обучении театральному искусству: актёрское мастерство, сценическая речь, танец. Данные занятия проводят профессиональные педагоги по собственным программам. Огромное значение уделяется созданию в коллективе атмосферы взаимопонимания, любви и уважения. Разработан ряд нравственных законов театра, первый из них «Об уважении личности».

В каникулярное время театр показывает свои спектакли, проводит дополнительные тренинги и репетиции, принимает у себя друзей из других городов. Летом театр выезжает в профильный лагерь. Гастроли проводятся основном в учебное время, это связано с организацией зрителей, питания, экскурсионной программы

Для более интенсивного развития творческих способностей детей используется форма спектакля. Спектакль способствует созданию творческой, слаженной, дружной театральной команды всесторонне развитых личностей, любящих работать, получающих удовольствие от творчества, воспринимающие мир с позитивной точки зрения, исповедующие принципы добра, любви к людям, умение прощать, способной выпускать спектакли, самостоятельно прорабатывать конфликт своего персонажа, самостоятельной в работе. Спектакль не самоцель, а лишь средство. Если творческая работа не удаётся, то главное не показать результат, а уделить внимание процессу, проанализировать причины неудач и, вернувшись к началу поставленной задачи, ещё раз, не спеша, методично пройти по моментам учебной программы, уделив особое внимание тем темам, навыкам и знаниям, которые не были усвоены.

Групповые занятия проводятся как в теоретической форме (беседы, инструкции), так и в практической форме (учебный тренинг, участие в этюдах, учебных работах, спектаклях). Основной формой занятий является практическое занятие. Занятия проводятся в хорошо проветриваемой, свободной от мебели аудитории, либо на сцене.

Режим занятий заложен в учебный план. Нагрузка на ребенка 1 час в неделю.

5. Ожидаемые результаты.

В конце начального уровня обучения обучающиеся будут знать:

- правила безопасности при выполнении упражнений и заданий;
- санитарно-гигиенические требования;
- методы самоконтроля, основы музыкальности и ритмичности;

-основы управления телесным аппаратом и вниманием;
- о предмете «Сценическое движение» как об составной части театрального обучения.

Уметь:

- продемонстрировать приобретенные навыки: психофизический тренинг, элементы хореографии и акробатики

-проявлять свою фантазию и реактивность в соответствии со своими способностями

-демонстрировать простейшие кувырки назад и вперед, каскад кувырков

-показать пластические этюды и импровизации

В конце базового уровня обучения дети будут знать:

- технику безопасности;

- основные правила сценического движения.

-основные правила выполнения сложных пластических и силовых упражнений;

- основные правила сценического движения и пантомимы.

Уметь:

- контролировать физическое состояние своего тела;

- сосредотачиваться на выполнении индивидуальных заданий;

- сосредотачиваться на выполнении сложных пластических, силовых и координационных упражнений как с партнёром, так и самостоятельно;

- демонстрировать развитие некоторых личностных и психофизических качеств.

В конце углубленного уровня обучения дети будут знать:

- технику безопасности;

- хореографические термины («VI позиция», «II позиция», «полупальцы»)

- элементарный комплекс упражнений для развития гибкости и подвижности;

- отличие сценического и бытового действия;

- как создать сценический образ средствами пластики.

Уметь:

-красиво ходить и гармонично двигаться;

- сценично выражать свои мысли посредством действия;

- не бояться сцены;

- ориентироваться в особенностях темпоритма и стиля;

-применять актерскую игру в пластических этюдах;

-вести речь в движении;

-работать по элементарно выстроенным мизансценам и произносить необходимый текст с их применением;

- использовать элементарные азы актерского мастерства;

-применять полученные навыки для полноценного участия в итоговом спектакле.

Результативность освоения программы выявляется на контрольных занятиях, проводящихся в конце каждого полугодия в форме зачёта или открытого показа. Результаты оцениваются комплексно всеми педагогами. На открытые показы приглашаются педагоги, родители и товарищи учащихся. По окончании учебного года подведение итогов проходит в форме открытых занятий, контрольных зачетов, а также в целостных творческих работах: миниатюрах, композициях, спектаклях.

6. Учебно-тематический план.

6.1. Учебно-тематический план начальный уровень обучения.

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1		1
I	Тренинги	1,5	3,5	5
1.	Подготовительный	0,5	0,5	1

2.	Развивающий		1	1
3.	Пластический		1	1
4.	Специальный		1	1
II.	Этюды	4	19	23
1.	Самостоятельно придуманные этюды с использованием полученных навыков		3	3
2.	Импровизации с использованием полученных навыков		3	3
3.	Сценическая акробатика/падения	1	4	5
4.	Взаимодействие с предметом	1	4	5
5.	Взаимодействие с партнером	1	4	5
6.	Специальные навыки сценического движения	1	1	2
III.	Постановочная работа		6	6
IV.	Итоговое занятие		2	2
	Итого	5,5	30,5	36

Календарный учебный график.

Начальный уровень.

Дата		№	Тема занятия	Кол ич- во час ов
По плану месяц	По факту дата			
сентябрь	02.09	1	Вводный инструктаж. Вводное занятие «Сценическое движение».	1
сентябрь	09.09	2	Подготовительный тренинг.	1
сентябрь	16.09	3	Развивающий тренинг.	1
сентябрь	23.09	4	Пластический тренинг.	1
сентябрь	30.09.	5	Специальный тренинг.	1
октябрь	07.10	6	Самостоятельно придуманные этюды с использованием полученных навыков.	1
октябрь	14.10	7	Самостоятельно придуманные этюды с использованием полученных навыков.	1
октябрь	21.10	8	Самостоятельно придуманные этюды с использованием полученных навыков.	1

октябрь	28.10	9	Импровизации с использованием полученных навыков.	1
ноябрь	11.11	10	Импровизации с использованием полученных навыков.	1
ноябрь	18.11	11	Импровизации с использованием полученных навыков.	1
ноябрь	25.11	12	Сценическая акробатика/падения.	1
декабрь	02.12	13	Сценическая акробатика/падения.	1
декабрь	09.12	14	Сценическая акробатика/падения.	1
декабрь	16.12	15	Сценическая акробатика/падения.	1
декабрь	23.12	16	Сценическая акробатика/падения.	1
декабрь	30.12	17	Взаимодействие с предметом.	1
январь	13.01	18	Взаимодействие с предметом.	1
январь	20.01	19	Взаимодействие с предметом.	1
январь	27.01	20	Взаимодействие с предметом.	1
февраль	03.02	21	Взаимодействие с предметом.	1
февраль	10.02	22	Взаимодействие с партнером.	1
февраль	17.02	23	Взаимодействие с партнером.	1
февраль	24.02	24	Взаимодействие с партнером.	1
март	03.03	25	Взаимодействие с партнером.	1
март	10.03	26	Взаимодействие с партнером.	1
март	17.03	27	Специальные навыки сценического движения.	1
март	24.03	28	Специальные навыки сценического движения.	1
март	31.03	29	Постановочная работа.	1
апрель	07.04	30	Постановочная работа.	1
апрель	14.04	31	Постановочная работа.	1
апрель	21.04	32	Постановочная работа.	1
апрель	28.04	33	Постановочная работа.	1
май	05.05	34	Постановочная работа.	1
май	12.05	35	Итоговое занятие.	1
май	19.05	36	Итоговое занятие.	1
Общее количество часов				36

6.2. Учебно-тематический план базовый уровень обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
	Вводное занятие	1	-	1
I.	Специальные упражнения	1	5	6
1.	Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища		1	1

2.	Упражнения на развитие координации движений		1	1
3.	Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук		1	1
4.	Упражнения в равновесии (управление центром тяжести тела)		1	1
5.	Тренировка музыкальности, пластичности и ритмичности		1	1
II.	Элементы хореографического искусства	2	5	6
1.	Позиции ног и рук	0,5	1	1
2.	Движения ног и рук в позициях	0,5	1	1
3.	Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании	0,5	1,5	2
4.	Танцевальные элементы	0,5	1,5	2
III.	Основы искусства движений на пространстве сцены	3	11	14
1.	Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц)	0,5	1,5	2
2.	Характер движения, стилевое поведение	0,5	1,5	2
3.	Темпо-ритм физического действия	0,5	1,5	2
4.	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага	1	3	4
5.	Образные упражнения, этюды	-	2	2
6.	Импровизация	0,5	1,5	2
IV.	Постановочная работа	-	8	8
V.	Итоговое занятие	-	2	2
Итого:		6	30	36

Календарный учебный график.

Базовый уровень.

Дата		№	Тема занятия	Колич- -во часов
По плану месяц	По факту дата			

сентябрь	02.09	1	Вводный инструктаж. Вводное занятие «Сценическое движение».	1
сентябрь	09.09	2	Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища.	1
сентябрь	16.09	3	Упражнения на развитие координации движений.	1
сентябрь	23.09	4	Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук.	1
сентябрь	30.09.	5	Упражнения в равновесии (управление центром тяжести тела).	1
октябрь	07.10	6	Тренировка музыкальности, пластичности и ритмичности.	1
октябрь	14.10	7	Позиции ног и рук.	1
октябрь	21.10	8	Движения ног и рук в позициях.	1
октябрь	28.10	9	Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании.	1
ноябрь	11.11	10	Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании.	1
ноябрь	18.11	11	Танцевальные элементы.	1
ноябрь	25.11	12	Танцевальные элементы.	1
декабрь	02.12	13	Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц).	1
декабрь	09.12	14	Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц).	1
декабрь	16.12	15	Характер движения, стилевое поведение.	1
декабрь	23.12	16	Характер движения, стилевое поведение.	1
декабрь	30.12	17	Темпо-ритм физического действия.	1
январь	13.01	18	Темпо-ритм физического действия.	1
январь	20.01	19	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага.	1
январь	27.01	20	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага.	1
февраль	03.02	21	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага.	1
февраль	10.02	22	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага.	1
февраль	17.02	23	Образные упражнения, этюды.	1
февраль	24.02	24	Образные упражнения, этюды.	1

март	03.03	25	Импровизация.	1
март	10.03	26	Импровизация.	1
март	17.03	27	Постановочная работа.	1
март	24.03	28	Постановочная работа.	1
март	31.03	29	Постановочная работа.	1
апрель	07.04	30	Постановочная работа.	1
апрель	14.04	31	Постановочная работа.	1
апрель	21.04	32	Постановочная работа.	1
апрель	28.04	33	Постановочная работа.	1
май	05.05	34	Постановочная работа.	1
май	12.05	35	Итоговое занятие.	1
май	19.05	36	Итоговое занятие.	1
Общее количество часов				36

6.3. Учебно-тематический план углубленный уровень обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
	Вводное занятие	1	-	1
I.	Специальные упражнения	1	5	6
1.	Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища	-	1	1
2.	Упражнения на развитие координации движений	-	1	1
3.	Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук	-	1	1
4.	Упражнения в равновесии (управление центром тяжести тела)	-	1	1
5.	Тренировка музыкальности, пластичности и ритмичности	-	1	1
II.	Элементы хореографического искусства	1	5	6
1.	Позиции ног и рук	-	1	1
2.	Движения ног и рук в позициях	-	1	1
3.	Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании	0,5	1,5	2

4.	Танцевальные элементы	0,5	1,5	2
III.	Основы искусства движений на пространстве сцены	-	10	10
1.	Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц)	-	1	1
2.	Характер движения, стилевое поведение	-	1	1
3.	Темпо-ритм физического действия	-	2	1
4.	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага	-	2	1
5.	Основы движений пантомимы.	-	2	2
6.	Образные упражнения, этюды	-	2	2
7.	Импровизация	-	2	2
IV.	Постановочная работа	-	10	10
V.	Итоговое занятие	-	4	4
Итого:		2	34	36

Календарный учебный график.

Углубленный уровень.

Дата		№	Тема занятия	Колич-во часов
По плану месяц	По факту дата			
сентябрь	02.09	1	Вводный инструктаж. Занятие «Сценическое движение».	1
сентябрь	09.09	2	Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища.	1
сентябрь	16.09	3	Упражнения на развитие координации движений.	1
сентябрь	23.09	4	Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук.	1
сентябрь	30.09.	5	Упражнения в равновесии (управление центром тяжести тела).	1
октябрь	07.10	6	Тренировка музыкальности, пластичности и ритмичности.	1
октябрь	14.10	7	Позиции ног и рук.	1
октябрь	21.10	8	Движения ног и рук в позициях.	1
октябрь	28.10	9	Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании.	1
ноябрь	11.11	10	Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании.	1

ноябрь	18.11	11	Танцевальные элементы.	1
ноябрь	25.11	12	Танцевальные элементы.	1
декабрь	02.12	13	Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц).	1
декабрь	09.12	14	Характер движения, стилевое поведение.	1
декабрь	16.12	15	Темпо-ритм физического действия.	1
декабрь	23.12	16	Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага.	1
декабрь	30.12	17	Основы движений пантомимы.	1
январь	13.01	18	Основы движений пантомимы.	1
январь	20.01	19	Образные упражнения, этюды.	1
январь	27.01	20	Образные упражнения, этюды.	1
февраль	03.02	21	Импровизация.	1
февраль	10.02	22	Импровизация.	1
февраль	17.02	23	Постановочная работа.	1
февраль	24.02	24	Постановочная работа.	1
март	03.03	25	Постановочная работа.	1
март	10.03	26	Постановочная работа.	1
март	17.03	27	Постановочная работа.	1
март	24.03	28	Постановочная работа.	1
март	31.03	29	Постановочная работа.	1
апрель	07.04	30	Постановочная работа.	1
апрель	14.04	31	Постановочная работа.	1
апрель	21.04	32	Постановочная работа.	1
апрель	28.04	33	Итоговое занятие.	1
май	05.05	34	Итоговое занятие.	1
май	12.05	35	Итоговое занятие.	1
май	19.05	36	Итоговое занятие.	1
Общее количество часов				36

7. Содержание программы.

7.1. Содержание программы начального уровня обучения

Вводное занятие

Теория: Знакомство педагога с детьми. Правила безопасности на занятиях. Правила поведения в центре и на занятиях. Требованиями к внешнему виду. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях.

Раздел 1. Тренинги.

1. Тренинг подготовительный.

Теория: задача данного тренинга – выяснение индивидуальных физических и психофизических недостатков, мешающих юным артистам проявлять себя в ярких и выразительных сценических формах. Вычленение индивидуальных проблем каждого обучающегося. Разработка комплексов, помогающих исправлению недостатков, которые могут быть исправлены, смягчения или прикрытия тех, которые не могут быть устранены. Подготовка костно-мышечного аппарата учащихся к активной работе на уроках.

Практика: Упражнения:

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

2. Тренинг развивающий.

Теория: Задачей данного тренинга является развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата обучающихся.

Практика: Упражнения:

- на силу (укрепление мышц рук и ног, плечевого пояса, брюшного пресса, шеи, спины);
- на гибкость (упражнения на активную и пассивную гибкость) и растяжку;
- динамические упражнения; упражнения для развития взрывной силы;
- статические упражнения и упражнения на выносливость;
- на координацию (повышение точности организации движений во времени и пространстве, повышение освоения новых движений, умений и навыков);
- координационные упражнения для рук, выполняемые в различных плоскостях; сочетание координационных упражнений для рук с различными движениями ног;
- упражнения на реакцию;
- упражнения на прыгучесть и подвижность стоп;
- на мышечную память и освобождение мышц (произвольное расслабление и напряжение отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях), выработка волевого и подсознательного контроля;
- на ощущение центра тяжести;
- на тренировку вестибулярного аппарата.

3. Тренинг пластический.

Теория: главной задачей данного тренинга является развитие внутреннего ощущения движения.

Упражнения:

- на напряжение и расслабление;
- на подвижность и выразительность рук;

- на подвижность и ловкость (при решении сложных двигательных и действенных задач; телесная и ручная ловкость);
- на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;
- на освоение различных типов движения.

4. Тренинг специальный.

Теория: задачей специального тренинга является развитие психофизических качеств актера, упражнения становятся средством познания собственных возможностей при решении различных двигательных задач.

Упражнения:

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

Занятия по данным темам (все 4 вида тренинга) должны проводиться регулярно, постепенно принимая все более выраженную ролевую компоненту.

Раздел 2. Этюды.

1. Самостоятельно придуманные этюды с использованием полученных навыков

Практика. Создание образа посредством движений. Выполнение творческих заданий.

2. Импровизации с использованием полученных навыков

Практика. Тема включает в себя этюды и импровизации, самостоятельно придуманные обучающимися, с учетом новых движений и навыков. Необходима для закрепления пройденного материала.

3.. Сценическая акробатика/падения

Использованные упражнения данной темы должны быть внутренне оправданы и конкретны (сколько шагов, с какой скоростью, в какой направлении). Упражнения выполняются по заданию педагога или сочиняются учащимися. (Темп определяется количеством шагов выполняемых за 5 секунд : I скорость - 2 шага; II скорость – 3-4 шага; III скорость – 6-7 шагов; IV скорость – 10-11 шагов; V скорость – 15-16 шагов)

4. Взаимодействие с предметом

В эту тему входят упражнения, дающие навыки мастерского обращения с предметами, с высоким уровнем ловкости и координации движений и точным учетом пространства и времени. Сюда же входят и упражнения, развивающие фантазию и находчивость актера в обыгрывании различных предметов в сценическом действии.

Постижение основ взаимодействия с предметом – это освоение классических «техник»: элементы жонглирования, манипулирования, балансирования, включают в себя работу с различным реквизитом.

Упражнения:

- с мячом;
- с гимнастической палкой;
- со скакалкой, веревкой;
- со стулом;
- с гимнастическим обручем;
- с предметом по выбору учащегося.

5. Взаимодействия с партнером.

Данная тема развивает умение видеть, понимать, чувствовать и контролировать движения партнера с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей в соответствии с задачей, поставленной в данном упражнении. Такие упражнения базируются на сенсорно-мышечной координации, требуют согласованности движений во времени и в пространстве, согласования с партнером характера и стилистики движений.

Упражнения:

- гимнастические;
- акробатические;
- на сопротивление и борьбу;
- с предметами;
- на бесконтактное взаимодействие и распределение в пространстве;
- композиционные и импровизационные.

6. Специальные навыки сценического движения.

Освоение тех действий, которые не могут быть выполнены на сцене в бытовом, житейском варианте: пощечина, падение, спотыкание, удар и т.д.

Освоение специальных навыков сценического движения требуют от актера комплекса определенных качеств и способностей.

При освоении навыка необходимо выявить то качество, которое недостаточно хорошо развито или плохо используется, и наметить перспективу перехода от навыка движения к осмысленному действию.

Упражнения:

- распределение движения в сценическом пространстве;
- различные способы преодоления препятствий;
- реакция и развитие движения после толчка, броска, удара и т.д.;
- трюковая пластика.

Раздел 3. Постановочная работа

Теория. Подбор музыкального сопровождения для танцевальных комбинаций. Выбор темы и музыки для постановки танцевального номера. Объяснение замысла постановочного номера (танца). Показ характерных движений.

Практика. Постановка и разучивание танцевальных номеров и двигательных композиций.

Раздел 4. Итоговое занятие

Проведение зачетного занятия. Анализ усвоения и качества прохождения программы.

7.2. Содержание программы базового уровня обучения.

Вводное занятие

Теория. Знакомство педагога с детьми (на 1-ом году обучения). Правила безопасности на занятиях. Правила поведения в ГБОУ ДЮЦ и на занятиях. Требованиями к внешнему виду. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях.

Раздел 1. Специальные упражнения

1. Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища

Теория. Демонстрация педагогом комплексов упражнений:

I комплекс. Упражнения на полу: стоя, на коленях, сидя и лежа. Упражнения стоя на коленях. Упражнения сидя и лежа.

II комплекс. Упражнения на «станке».

III комплекс. Упражнения стоя, на коленях, сидя и лежа.

Практика. Выполнение упражнений.

2. Упражнения на развитие координации движений

Теория. Демонстрация педагогом комплексов упражнений:

I комплекс. Упражнения в ходьбе, беге и поскоках.

II комплекс. Сценические прыжки и падения.

Практика. Выполнение упражнений.

3. Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук

Теория. Демонстрация педагогом комплексов упражнений:

I комплекс. Упражнения для рук и плечевого пояса.

II комплекс. Образные упражнения.

Практика. Выполнение упражнений.

4. Упражнения в равновесии (управление центром тяжести тела)

Теория. Демонстрация педагогом упражнений в выпадах, упражнений в приседе.

Практика. Выполнение упражнений.

5. Тренировка музыкальности, пластичности и ритмичности

Теория. Понятие о музыкальном ритме, такте, темпе, характере музыки. Понятие о такте, фразе, музыкальном размере. Объяснение важности ритмичного и музыкального исполнения движений.

Практика. Обучение различным ритмическим рисункам, сочетанию различных длительностей. Строение музыкального произведения (вступление, части, музыкальные фразы).

Определение характера различных частей в музыкальном отрывке:

- выделение хлопком сильной доли в музыкальном произведении;
- выделение хлопками количества тактов во фразе;

- простые сочетания хлопков с шагами, подскоками, прыжками под музыкальное сопровождение;
- музыкальные игры на создание образа под музыку разного характера.

Раздел 2. Элементы хореографического искусства

1. Позиции ног и рук

Теория. Демонстрация позиций ног и рук.

Практика. Изучение и выполнение основных позиций ног и положений рук в классическом танце на середине.

2. Движения ног и рук в позициях

Теория. Демонстрация движений рук и ног в позициях.

Практика. Изучение и выполнение различных упражнений с использованием основных позиций рук и ног на середине.

3. Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании

Теория. Демонстрация различных упражнений корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании.

Практика. Изучение и выполнение различных упражнений корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании, в том числе и движений на координацию.

4. Танцевальные элементы

Теория. Объяснение методики исполнения элементов классического и народно-сценического танца.

Практика. Изучение и выполнение различных видов танцевальных шагов:

- шаг с носка в медленном темпе,
- «па дегаже»,
- вальсовая дорожка,
- шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полупальцах,
- шаг, сгибая ноги сзади, на полупальцах,
- бег, вынося прямые ноги вперёд.

Изучение простых комбинаций:

- полуприседания в сочетании с поднятием на полупальцы,
- выдвигание ноги на вытянутый носок в сочетании с полуприседанием в направлении вперёд и в сторону,
- переводы рук из одной позиции в другую.

Переводы рук из позиции в позицию:

- сочетания работы рук с движениями корпуса,
- сочетания работы рук с движениями ног.

Раздел 3. Основы искусства движений на пространстве сцены

1. Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц)

Теория. Понятия «Непрерывность и прерывность движения», «Характер движения».

Практика. Выполнение движений по заданному рисунку.

2. Характер движения, стилевое поведение

Теория. Речедвигательные и вокальнодвигательные координации (умение соединять речь и движения в одинаковых и меняющихся по ходу исполнения темпо-ритмах действия). Зависимость двигательных элементов от характера роли, сценического действия.

Практика. Выполнение творческих заданий.

3. Темпо-ритм физического действия

Теория. Воля и активность (стремление, желание, хотение, самостоятельность, инициативность, решительность, настойчивость, смелость, самообладание). Внимание, память и контроль за движениями. Скорость, быстрота, медлительность. Выносливость, ловкость.

Практика. Выполнение творческих заданий.

3.4. Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты), различные виды шага

Теория. Правильная осанка, правильная походка, положение тела в позах сидя, жесты. Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц). Непрерывность и прерывность движения. Характер движения.

Практика. Выполнение движений разного характера под музыкальное сопровождение.

5. Образные упражнения, этюды

Теория. Создание образа посредством движений.

Практика. Выполнение творческих заданий.

6. Импровизация

Теория. Понятие «Импровизация».

Практика. Выполнение творческих заданий.

Раздел 4. Постановочная работа

Теория. Подбор музыкального сопровождения для танцевальных комбинаций. Выбор темы и музыки для постановки танцевального номера. Объяснение замысла постановочного номера (танца). Показ характерных движений.

Практика. Постановка и разучивание танцевальных номеров и двигательных композиций.

Раздел 5. Итоговое занятие

Проведение зачетного занятия. Анализ усвоения и качества прохождения программы.

7.3. Содержание программы углубленного уровня обучения.

Вводное занятие

Теория. Правила безопасности на занятиях. Правила поведения в центре и на занятиях. Требованиями к внешнему виду. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях.

Раздел 1. Специальные упражнения

1. Развитие гибкости и подвижности тела, укрепление мышц туловища

Теория. Демонстрация педагогом комплексов упражнений:

I комплекс. Упражнения на полу: стоя, на коленях, сидя и лежа. Упражнения стоя на коленях. Упражнения сидя и лежа.

II комплекс. Упражнения на «станке».

III комплекс. Упражнения стоя, на коленях, сидя и лежа.

Практика. Выполнение упражнений.

2. Упражнения на развитие координации движений

Теория. Демонстрация педагогом комплексов упражнений:

I комплекс. Упражнения в ходьбе, беге и поскоках.

II комплекс. Сценические прыжки и падения.

Практика. Выполнение упражнений.

3. Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук

Теория. Демонстрация педагогом комплексов упражнений:

I комплекс. Упражнения для рук и плечевого пояса.

II комплекс. Образные упражнения.

Практика. Выполнение упражнений.

4. Упражнения в равновесии (управление центром тяжести тела)

Теория. Демонстрация педагогом упражнений в выпадах, упражнений в приседе.

Практика. Выполнение упражнений.

5. Тренировка музыкальности, пластичности и ритмичности

Теория. Понятие о музыкальном ритме, такте, темпе, характере музыки. Понятие о такте, фразе, музыкальном размере. Объяснение важности ритмичного и музыкального исполнения движений.

Практика. Обучение различным ритмическим рисункам, сочетанию различных длительностей. Строение музыкального произведения (вступление, части, музыкальные фразы).

Определение характера различных частей в музыкальном отрывке:

- выделение хлопком сильной доли в музыкальном произведении;
- выделение хлопками количества тактов во фразе;
- простые сочетания хлопков с шагами, подскоками, прыжками под музыкальное сопровождение;
- музыкальные игры на создание образа под музыку разного характера.

Раздел 2. Элементы хореографического искусства

1. Позиции ног и рук

Теория. Демонстрация позиций ног и рук.

Практика. Изучение и выполнение основных позиций ног и положений рук в классическом танце на середине.

2. Движения ног и рук в позициях

Теория. Демонстрация движений рук и ног в позициях.

Практика. Изучение и выполнение различных упражнений с использованием основных позиций рук и ног на середине.

3. Упражнения корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании

Теория. Демонстрация различных упражнений корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании.

Практика. Изучение и выполнение различных упражнений корпуса, рук, головы в усложнённом сочетании, в том числе и движений на координацию.

4. Танцевальные элементы

Теория. Объяснение методики исполнения элементов классического и народно-сценического танца.

танца.

Практика. Изучение и выполнение различных видов танцевальных шагов:

- шаг с носка в медленном темпе,
- «па дегаже»,
- вальсовая дорожка,
- шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полупальцах,
- шаг, сгибая ноги сзади, на полупальцах,
- бег, вынося прямые ноги вперёд.

Изучение простых комбинаций:

- полуприседания в сочетании с поднятием на полупальцы,
- выдвигание ноги на вытянутый носок в сочетании с полуприседанием в направлении вперёд и в сторону,
- переводы рук из одной позиции в другую.

Переводы рук из позиции в позицию:

- сочетания работы рук с движениями корпуса,
- сочетания работы рук с движениями ног.

Раздел 3. Основы искусства движений на пространстве сцены

1. Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц)

Теория. Понятия «Непрерывность и прерывность движения», «Характер движения».

Практика. Выполнение движений по заданному рисунку.

2. Характер движения, стилевое поведение

Теория. Речедвигательные и вокальнодвигательные координации (умение соединять речь и движения в одинаковых и меняющихся по ходу исполнения темпо-ритмах действия). Зависимость двигательных элементов от характера роли, сценического действия.

Практика. Выполнение творческих заданий.

3. Темпо-ритм физического действия

Теория. Воля и активность (стремление, желание, хотение, самостоятельность, инициативность, решительность, настойчивость, смелость, самообладание). Внимание, память и контроль за движениями. Скорость, быстрота, медлительность. Выносливость, ловкость.

Практика. Выполнение творческих заданий.

3.4. Простые двигательные навыки (осанка, походка, позы и жесты),

различные виды шага

Теория. Правильная осанка, правильная походка, положение тела в позах сидя, жесты. Целенаправленные физические действия (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц). Непрерывность и прерывность движения. Характер движения.

Практика. Выполнение движений разного характера под музыкальное сопровождение.

5. Основы движений пантомимы.

Теория: основы движений пантомимы.

Практика: Упражнения на передачу смысла и содержания происходящего при помощи жестов, пластики и мимики.

6. Образные упражнения, этюды

Теория. Создание образа посредством движений.

Практика. Выполнение творческих заданий.

7. Импровизация

Теория. Понятие «Импровизация».

Практика. Выполнение творческих заданий.

Раздел 4. Постановочная работа

Теория. Подбор музыкального сопровождения для танцевальных комбинаций. Выбор темы и музыки для постановки танцевального номера. Объяснение замысла постановочного номера (танца). Показ характерных движений.

Практика. Постановка и разучивание танцевальных номеров и двигательных композиций.

Раздел 5. Итоговое занятие

Проведение зачетного занятия. Анализ усвоения и качества прохождения программы.

8. Методическое обеспечение учебного процесса.

Методические рекомендации преподавателям.

Необходимым условием подготовки актера всегда было всестороннее пластическое развитие. 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.

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.

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.

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».

Музыка играет очень важную роль в воспитании актера, ей необходимо уделить особое внимание. Следует строго подходить к качеству музыкального сопровождения, воспитывая вкус обучающихся. Музыка должна помогать находить органичный ритм движения. Характер ее должен соответствовать характеру движения, а не подчинять его себе, за исключением специальных задач, где музыка способна направлять, окрашивать, иногда и диктовать движение. Но в некоторых упражнениях музыка может помешать ему, навязывая свой ритм и динамику. При освоении техники подобных упражнений музыка должна быть изъята. При овладении их техникой она вводится снова, уже как равноценный фактор, помогая организовать движение в законченную форму.

Исходя из своего опыта педагог, при необходимости, может работать с концертмейстером. Живая музыка на занятиях – это важный компонент в процессе обучения. Здесь нужно учитывать, что музыкальное сопровождение является не просто музыкальным фоном, музыка – равноправный партнер.

Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.

Самостоятельная работа обучающихся заключается в посещении театров и других учреждений культуры, сочинении этюдов, работе над индивидуальными заданиями и самостоятельными отрывками, работе над ролью, работе над совершенствованием и закреплении профессиональных навыков.

Средства обучения

Зал для занятий сценическим движением.

Оборудование зала:

- ступеньки различной высоты и шага;
- кубы разных размеров;
- столы, стулья разные;
- музыкальный центр.

Инвентарь:

- мячи маленькие (теннисные, резиновые, матерчатые);
- палки гимнастические деревянные (длина 1 - 1,5 метра, диаметр 2,5см.);
- трости;
- скакалки гимнастические (длина 2 метра);
- маты гимнастические и акробатические (длина 4,5 метра, ширина 2 метра, толщина 10-15см);
- плащи (короткие и длинные), шляпы, цилиндры, веера, лорнетты, зонты;
- костюмы тренировочные (для занятий).

9. Мониторинг образовательных результатов.

Способы выявления результатов: педагогическое наблюдение, анализ приобретенных навыков (анализ исполнения танцевальной композиции, участие в творческих конкурсах, викторины, творческие задания, анкетирование), диагностика (заполнение диагностической карты)

Основным методом диагностики является метод педагогическое наблюдение. Результативность освоения программы выявляется на контрольных занятиях, проводящихся в конце каждого полугодия в форме зачета или открытого показа. Результаты оцениваются комплексно всеми педагогами театральной студии. 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.

При проверке уровня подготовки детей используются варианты игр и заданий уже известных детям. Очень важно, чтобы обучающиеся не понимали, что педагог проверяет их знания, умения, навыки, наблюдает за мотивацией и поведением на занятии.

Этапы контроля:

1. входной (сентябрь)
2. промежуточный (декабрь)
3. итоговый (май) в конце программы

По результатам контроля заполняется диагностическая карта, в которой выделяется три уровня усвоения программного содержания: высокий, средний, низкий. По окончании программы составляется аналитическая справка.

Диагностическая карта программы

«Сценическое движение»

Начальный уровень обучения

Группа № _____ Возраст _____ лет

Наполняемость _____ человек Педагог _____

Этап контроля _____

№ п/п	ФИ ребенка	Навыки						
		Освоение тренинга подготовительного	Освоение тренинга развивающего	Освоение тренинга пластического	Освоение тренинга специального	Взаимодействие с предметом	Взаимодействие с партнером	Владение сценическими приемами

Диагностическая карта программы
«Сценическое движение»
Базовый уровень обучения
 Группа № _____ Возраст _____ лет
 Наполняемость _____ человек Педагог _____
 Этап контроля _____

№ п/п	ФИ ребенка	Навыки						
		Внимание и память в движениях	Владение двигательными навыками (осанка, походка, поза)	Вокально-двигательная координация	Управление центром тяжести тела	Владение основами мимики	Эмоциональная пластика	Владение сценическими приемами

Диагностическая карта программы
«Сценическое движение»
Углубленный уровень обучения
 Группа № _____ Возраст _____ лет
 Наполняемость _____ человек Педагог _____
 Этап контроля _____

№ п/п	ФИ ребенка	Навыки							
		Внимание и память в движениях	Владение двигательными навыками (осанка, походка, поза)	Вокально-двигательная координация	Управление центром тяжести тела	Наблюдательность и фантазия в пантомиме	Владение основами мимики	Эмоциональная пластика	Владение сценическими приемами

Критерии оценки основных параметров диагностической карты.
 Высокий (В) – быстрое, четко самостоятельное выполнение заданий.
 Средний (С) – для быстрого и правильного выполнения заданий необходима помощь руководителя или других обучающихся
 Низкий (Н) – не способен своевременно выполнить задание даже помощью педагога.

Основной метод – метод наблюдения. При проверке уровня подготовки детей используются варианты игр и заданий уже известных детям. Очень важно, чтобы воспитанники не понимали, что педагог проверяет их знания, умения, навыки, наблюдает за мотивацией и поведением на занятии.

Список информационных источников.

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца». – Л., 1983
 2. Васильева Т.И. «Балетная осанка-основа хореографического воспитания детей». – М., 1983
 3. Гребёнкин А.В. «Сценическое движение» Министерство образования и науки РФ М.: Просвещение 2007
 4. Закиров А.З. Семь уроков сценического движения. – М., 2009
 5. Каминский М.В. Мороз В.Н. Основы сценического движения. М.: 2004
 6. Карпов Н.В. Уроки сценического движения. – СПб.: Сова, 2000
 7. Кох И.Э. Основы сценического движения. Издательство: Планета музыки, Лань, 2010
 8. Макарова Е.П. «Ритмическая гимнастика и игровой танец на занятиях стретчингом»-СПб., 1993
 9. Немеровский А. Пластическая выразительность актёра. М.: «ГИТИС» 2010
 10. Станиславский К. Работа актёра над образом и над собой. Том 2. – М., 1954
 11. Поляев Б.А., Лайшева О.А., Калашникова О.М. Правильная осанка. Памятка для родителей. – М.: Изд-во «Расмирби», 2003
 12. Чехов М. «О технике актёра». – М., 2007
1. <http://biblioteka.teatr-obraz.ru/node/6574>
 2. <http://pmatsuk.narod.ru/teatr-knigi.html>

