

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКИЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «РОДНИК»

Согласовано  
Проектно-методический совет  
от «28» августа 2018г.  
Протокол № 1



Директор МОУ ДО ДЮЦ «Родник»  
А.В.Киселева  
«03» сентября 2018г.  
Принято на заседании Педагогического совета  
Протокол № 1  
«28» августа 2018г.

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

Базовый уровень обучения

Возраст обучающихся: 10 - 13 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:  
педагог дополнительного образования

**Попов П. В.**

Ярославль, 2018 г.

## Оглавление

1. Пояснительная записка.....	2
2. Учебно-тематический план.....	4
3. Содержание программы.....	5
4. Обеспечение программы.....	8
5. Мониторинг образовательных результатов.....	10
6. Список информационных источников .....	11

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 театральном 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.

**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;

В конце углубленного 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.

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.

Срок реализации – 1 год.

Занятие проводится на базовом уровне бучения 1 часа в неделю. Возраст учащихся – 10 -13 лет.

Количество часов на углубленном уровне обучения – 36 ч.

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.

## 2. Учебно-тематический план на базовом уровне обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
	Вводное занятие	1	-	1
<b>I.</b>	<b>Специальные упражнения</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
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
<b>II.</b>	<b>Элементы хореографического искусства</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
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	1
4.	Танцевальные элементы	0,5	1	1
<b>III.</b>	<b>Основы искусства движений на пространстве сцены</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>14</b>
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
<b>IV.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>V.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Итого:</b>		<b>6</b>	<b>30</b>	<b>36</b>

### 3. Содержание программы на базовом уровне 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.

### **4. Методическое обеспечение учебного процесса.**

#### **Методические рекомендации преподавателям.**

Необходимым условием подготовки актера всегда было всестороннее пластическое развитие. В современной актерской школе недостаточно только физической подготовленности обучающегося. 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 обучающихся. 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 соблюдение 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)

### **5. 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»**

**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

--	--	--	--	--	--	--	--	--

### 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 литературы:

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 актера. М.: «ГИТИС» 2010
  10. Станиславский К. Работа актера 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>

