

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»**

**УТВЕРЖДЕНО:**  
**Председатель УМС**  
**Факультета искусств**  
**Гуров М.Б.**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

**Физическая культура и спорт (элективные курсы ) Пластическая  
выразительность актера**

**Направление подготовки: 52.05.02 - Режиссура театра**

**Профиль подготовки: Режиссер драмы**

**Квалификация (степень) выпускника: Специалист**

**Форма обучения: очная**

## Оглавление

1. Введение .....	
2. Формы самостоятельной работы обучающихся.....	
3. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.....	
3.1 Общие рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.....	
3.2 Методические рекомендации для студентов .....	
по отдельным формам самостоятельной работы.....	
4. Оценка самостоятельной работы .....	
5. Словарь	

## 1. Введение

Самостоятельная работа студентов - это их деятельность в процессе обучения и во внеаудиторное время, выполняемая по заданию преподавателя, под его руководством, но без его непосредственного участия.

Основными признаками самостоятельной работы студентов принято считать:

- наличие познавательной или практической задачи, проблемного вопроса или задачи и особого времени на их выполнение, решение;
- проявление умственного напряжения мысли обучаемых для правильного и наилучшего выполнения того или иного действия;
- проявление сознательности, самостоятельности и активности студентов в процессе решения поставленных задач;
- владение навыками самостоятельной работы;
- осуществление управления и самоуправления самостоятельной познавательной и практической деятельностью студентов.

Ядром самостоятельной работы, исходным моментом ее конструирования является познавательная или проблемная задача. Именно наличие задачи обуславливает весь процесс самостоятельной работы: предусматривает самостоятельную деятельность студентов по решению поставленных задач; обязательную подготовку к самостоятельному выполнению, решению учебных и профессиональных задач.

В различных формах учебного процесса самостоятельность обучаемых проявляется по-разному: от простого воспроизведения, выполнения задания по жесткой алгоритмической схеме с использованием приемов скорописи, скороотчтения и т.п. до самостоятельной творческой деятельности. Самостоятельность студентов при изучении специальных предметов проявляется через планирование ими своей учебной работы; отбор учебной литературы, пособий для самостоятельного изучения; подготовку наглядно-демонстрационной аппаратуры к ее применению; самостоятельное выполнение отдельных учебных заданий и целостной работы по специальности социально-культурной деятельности без непосредственной помощи и подробного инструктажа преподавателя; самостоятельное выполнение отдельных профессиональных обязанностей в ходе учебных занятий и специально организуемой практики.

В самостоятельной работе студентов по решению познавательных и практических задач всегда присутствуют элементы управления и самоуправления данной деятельностью: целеполагание; планирование (самостоятельно или с помощью преподавателя) работы; текущий контроль и самоконтроль за ходом, промежуточными и конечными результатами работы; корректировка хода работы; устранение замеченных ошибок, неточностей, установление и исключение их причин; совершенствование способов выполнения работы.

Исходя из поставленных целей в процессе Самостоятельной работы студентов по освоению дисциплины решаются следующие задачи: создание у студентов знаний, умений и навыков для: -поддержания внешней формы и творческого психофизического состояния с целью подготовки под руководством режиссера роли в драматическом театре разных жанров, а также в кино- и телевизионных фильмах через развитие и совершенствование психофизического аппарата;

- проведения актерского тренинга в процессе преподавания основ актерского мастерства и смежных дисциплин в образовательных учреждениях высшего и среднего профессионального образования, а также в рамках образовательных программ повышения квалификации и переподготовки специалистов.

### ***Общие рекомендации по проведению занятий***

*Каждая тема программы курса* делится на две составляющие - формирующие понятия и упражнения. Формирующие понятия – понятия, которые очерчивают круг проблем названной темы и формируют ее целостность. Совокупность тем курса с формирующими понятиями создает представление о формах и методах пантомимы, как пластического искусства, в исполнительской деятельности актера драматического театра; вооружение будущих актеров теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для обоснованного планирования, отбора, тренировки, моделирования пластической выразительности «рисунка роли» при исполнительской деятельности в театре.

*Упражнения, приведенные в программе курса,* не являются установочными. Преподаватель в зависимости от подготовленности группы, ее состава, места, времени, технических средств проведения тренинга может менять конфигурацию упражнений, их количество. Минимальное количество

упражнений, выполняемых (с обсуждением) за 2 академических часа на полугрупповые занятия – 4 (помимо разминки). Важно: упражнения и творческие задания строятся на формирующих понятиях, от простого к более сложному.

*Каждое занятие рекомендуется начинать с разминки* — с простых физических упражнений. Проведение тренинговых упражнений требует соблюдения техники безопасности, точному следованию указаний педагога, во избежание травмированности студентов. Поэтому, прежде чем приступать к упражнениям тренинга, нужно предварительно разогреться.

*Для занятий требуется хорошо проветренное помещение,* желательно с зеркалами, в которых участники тренинга могли бы видеть себя в полный рост, а также удобная одежда и обувь, не сковывающая движений. В процессе проведения занятий рекомендуется использовать видеозаписывающую и видеовоспроизводящую аппаратуру, для дальнейшего анализа и корректировки полученных навыков. Световое освещение должно иметь естественные и искусственные источники.

*После каждого занятия необходимо проводить анализ,* с оценочными суждениями участников студенческой группы и преподавателя. При этом, любая критика должна быть конструктивной. Важным моментом работы педагога является расширение зоны возможностей каждого студента.

#### ***Правила поведения студентов:***

- ☐ студенты должны способствовать тщательному анализу разнообразных проблем, признавая, что уважение к каждому человеку и терпимость – это основные ценности, которые должны быть дороги всем людям;
- ☐ способствовать и воодушевлять на поиск неординарных творческих решений;
- ☐ распространять идеал терпимости к точкам зрения других людей, способствуя поиску общих ценностей, принимая различия, которые существуют между людьми.
- ☐ внимательно слушать своих оппонентов и постараться сделать все, чтобы не исказить их слова во время дебатов.
- ☐ язык и жесты, используемые обучающимися, должны отражать их уважение к другим.

*Этика преподавателя* включает следующие моменты:

- ☐ преподаватель должен способствовать личному вкладу студентов и свободному обмену мнениями при проведении и обсуждении упражнений и этюдов в процессе обучения;
- ☐ преподаватель должен обеспечить дружескую атмосферу для студентов и проявлять положительную и стимулирующую ответную реакцию;
- ☐ преподаватель должен облегчать подготовку к занятиям, но не должен сам придумывать и выполнять задания (даже в качестве примеров);
- ☐ преподаватель должен подчеркивать образовательные, а не соревновательные цели студентов;
- ☐ преподаватель должен обеспечить отношения между собой и студентами, они должны основываться на взаимном доверии.
- ☐ преподаватель должен провоцировать интерес, затрагивая значимые для студентов проблемы;
- ☐ стимулировать исследовательскую работу;
- ☐ заранее подготовить вопросы, которые можно было бы ставить на обсуждение по ходу занятия, чтобы не дать погаснуть дискуссии, обсуждению;
- ☐ не допускать ухода за рамки обсуждаемой проблемы;
- ☐ обеспечить широкое вовлечение в разговор как можно большего количества студентов, а лучше — всех;
- ☐ не оставлять без внимания ни одного неверного суждения, но не давать сразу же правильный ответ; к этому следует подключать учащихся, своевременно организуя их критическую оценку;
- ☐ не торопиться самому отвечать на вопросы, касающиеся материала занятия такие вопросы следует переадресовывать аудитории;
- ☐ следить за тем, чтобы объектом критики являлось мнение, а не участник, выразивший его.
- ☐ проанализировать и оценить проведенное занятие, подвести итоги, результаты. Для этого надо сопоставить сформулированную в начале занятия цель с полученными результатами, сделать выводы, вынести решения, оценить результаты, выявить их положительные и отрицательные стороны.
- ☐ помочь участникам занятия прийти к согласованному мнению, чего можно достичь путем внимательного выслушивания различных толкований, поиска общих тенденций для принятия решений.
- ☐ принять групповое решение совместно с участниками. При этом следует подчеркнуть важность разнообразных позиций и подходов.
- ☐ в заключительном слове подвести группу к конструктивным выводам, имеющим познавательное и практическое значение.
- ☐ добиться чувства удовлетворения у большинства участников, т.е. поблагодарить всех студентов за активную работу, выделить тех, кто помог в решении проблемы.
- ☐ показать высокий профессионализм, хорошее знание материала в рамках учебной программы;
- ☐ обладать речевой культурой и, в частности, свободным и грамотным владением профессиональной терминологией;
- ☐ проявлять коммуникабельность, а точнее — коммуникативные умения, позволяющие преподавателю найти подход к каждому студенту, заинтересованно и

внимательно выслушать каждого, быть естественным, найти необходимые методы воздействия на учащихся, проявить требовательность, соблюдая при этом педагогический такт;

- ☐ обеспечить быстроту реакции;
- ☐ способность лидировать;
- ☐ умение вести диалог;
- ☐ иметь прогностические способности, позволяющие заранее предусмотреть все трудности в усвоении материала, а также спрогнозировать ход и результаты педагогического воздействия, предвидеть последствия своих действий;
- ☐ уметь владеть собой
- ☐ умение быть объективным.

#### **Формы самостоятельной работы:**

- Ознакомление и работа с ЭБС «Znanivm. Com».
- Подготовка к практическому занятию; упражнения тренинга
- Подготовка к презентации проведения практического занятия (реставрация упражнений, парная импровизация, групповая импровизация)
- Подготовка к проведению семинара-конференции,
- Подготовка к проведению контрольной работы,
- Подготовка к проведению письменному опросу,
- Подготовка к обсуждению презентаций студентов,
- Подготовка к тестированию
- Подготовка к индивидуальному собеседованию с преподавателем

### **3. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**

#### **3.1. Общие рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, объёма часов на её изучение, вида заданий для самостоятельной работы, индивидуальных качеств обучающегося и условий образовательной деятельности.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

- **подготовительный** (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования);
- **основной** (реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);
- **заключительный** (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

Подведение итогов и оценка результатов контролируемой самостоятельной работы осуществляется во время контактных часов с преподавателем. Контактные часы с преподавателем по дисциплине «Специфика работы актера в кино и на телевидении» организованы в виде практических занятий.

### **3.2 Методические рекомендации для студентов по отдельным формам самостоятельной работы**

#### Место и роль пластики в подготовке актера

В творческом дневнике дать развернутые ответы на следующие вопросы:

-Основные этапы развития пластики в театре и задачи воспитания актера. -Цели освоения дисциплины «Пластическая выразительность актера (современные течения)». Особенность проведения занятий. -Безопасность проведения упражнений и заданий.

- В перерывах между занятиями дисциплины проводите упражнения, зафиксированные в классе; в творческом дневнике отражайте дату проведения упражнения, общее время, упражнения, самочувствие и динамику упражнения.

#### Пластическая культура и пластическая выразительность

В творческом дневнике дать развернутые ответы на следующие вопросы: Пластическая культура и пластическая выразительность: общность и отличие. - Пластика как выражение содержания художественного образа драматургии. Приведите примеры (укажите код доступа на страницу в интернете и дату посещения).

#### Основные структурные образующие элементы пластической выразительности актера драматического театра

В творческом дневнике дать развернутые ответы на следующие вопросы: Визуальные формы воздействия на зрителя актера драматического театра. Приведите примеры (укажите код доступа на страницу в интернете и дату посещения).

Зафиксируйте на видео упражнения, отработанные в классе и разместите их на странице группы. Дайте комментарии к упражнениям в дневнике.

#### Основные тенденции пластического воспитания актера Вс. Мейерхольда

-Сделайте этюды, построенные на законах контраста (движение и статика при построении мизансцен; движение временное, как контрасты скоростей и движение пространственное, как контраст направлений движения- концентрического /направленное от периферии к центру и сверху-вниз/ и эксцентрического /направленное от центра и снизу- вверх/) и законах зависимости эмоций от тела (эмоциональное состояние и положение тела), снимите их на видео и разместите на странице группы.

- Сделайте реконструкцию одного из упражнений В. Мейерхольда, снимите на видео и разместите на странице группы для обсуждения. Прокомментируйте упражнения других студентов группы.

#### «Идея куклы» как идеального исполнителя Эдварда Гордон Крэга

Прочитайте раздел «Об искусстве театра» в книге: Крэг Э.Г. Воспоминания, статьи, письма. - М.: Искусство, 1988. -399 с. В дневнике дайте ответ об артисте театра будущего и сверхмарионетке. Приведите примеры экспериментов автора со сценическим пространством, освещением для поиска пластической выразительности актера.

#### «Mime pur» Этьена Декру

Прочитайте книгу Маркова Е. В. Этьен Декру. Теория и школа "mime pur". - СПб.: СПбГАТИ, 2008.- 224 с. Выпишите основополагающие упражнения. Посмотрите видео «Mime pur» Этьена Декру//<https://www.youtube.com/playlist?list=PL...>; Сделайте реконструкцию одного из упражнений, снимите на видео и разместите на странице группы для обсуждения. Прокомментируйте упражнения других студентов группы

#### Теория сценического искусства и телесная выразительность Франсуа Дельсарта

Прочитайте книгу Волконский С. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсарту). - М.:Ленанд, 2015.-248с. Сделайте реконструкцию одного из упражнений, снимите на видео и разместите на странице группы для обсуждения. Прокомментируйте упражнения других студентов группы.

#### Эмиль Жак Далькроз и «ритмическая гимнастика»

На основании книги Далькроза Э. Ритм. Дайте ответы на вопросы: - Развитие координации между нервной и мускульной деятельностью человека. - Автоматизм сложных движений. - Дирижерский жест в ритме музыки.- Движение рук, шаги, бег и прыжки при выполнении ритмических рисунков. -Внутренняя связь между психикой и физикой.

#### «Театр аутентичного жеста» Рудольф фон Лабан

- В перерывах между занятиями дисциплины проводите упражнения, зафиксированные в классе; в творческом дневнике отражайте дату проведения упражнения, общее время, упражнения, самочувствие и динамику упражнения.

#### Психологический жест М.А.Чехова

Прочитайте работу М. Чехова «Литературное наследие.» в 2 т., Т.2. Составьте конспект по следующему плану: первый способ репетирования (воображение и внимание); второй способ репетирования (атмосфера); третий способ репетирования (индивидуальные чувства, действия с определенной окраской); четвертый способ репетирования (атмосфера); пятый способ репетирования (воплощение образа и характерность); шестой способ репетирования (импровизация).

-Составьте тренинг в терминах М. Чехова.

- В перерывах между занятиями дисциплины проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы М. Чехова. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

#### Пластика и кинетика Е. Грозовского

Найдите видео с тренингами Грозовского; посмотрите спектакли мастера.

Дайте объяснения с примерами из увиденного сл. понятиям: -Идеальный актер. - Физические способности и способности духовные. - Работа, ведущая от внешнего выражения к внутренней эмоции. -Ритуал в театре. -Человеческое тело - элемент ритуала. -Идеограммы (жесты, интонация) как обращение к ассоциациям в психике зрителя.

#### Театральная антропология Э. Барбы как «живое тело»

В перерывах между занятиями дисциплины проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы Э.Барбы. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений. Снимите на видео и разместите на странице группы для обсуждения. Прокомментируйте упражнения других студентов группы

#### Танцевальные тенденции в пластике театрального актера

В перерывах между занятиями дисциплины проводите Классический или Народно-характерный экзерсис. Снимите на видео и разместите на странице группы для обсуждения. Прокомментируйте упражнения других студентов группы

#### Восточная гимнастика

В перерывах между занятиями дисциплины проводите Базовые упражнения ушу. Снимите на видео и разместите на странице группы для обсуждения. Прокомментируйте упражнения других студентов группы.

#### Практики йоги в исполнительском искусстве драмы

Напишите реферат на тему: История развития и философия йоги.

## **4.Оценка самостоятельной работы**



Критерии оценки заданий:

Процент правильных ответов	100-95	94-90	89-85	84-80	79-75	74-70	69-65	64-60	59-50	Менее 50
Оценка практических заданий предлагаемых для сдачи зачета	зачтено									не зачтено
Рубежного контроля и контрольной работы	зачтено									не зачтено
Работа на практических (семинарских занятиях)	зачтено									не зачтено

Г. Оценка работы студентов на практических (семинарских) занятиях (устные ответы)

<p>Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.</p> <p>Критерии оценивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– полнота и конкретность показа упражнения, элемента;</li> <li>– последовательность и логика исполнения элемента;</li> <li>– связь теоретических положений с практикой, обоснованность и доказательность;</li> <li>– наличие качественных и количественных показателей;</li> <li>– эстетический уровень исполнения элемента</li> </ul>		
Кол-во выставленных баллов	Пояснение к оцениванию практического задания	Процент правильных ответов
зачтено	1) студент правильно демонстрирует элемент, упражнение; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать показ 3) материал демонстрируется последовательно и правильно с точки зрения норм дисциплины.	90% и более
зачтено	Студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности представляемого элемента, этюда.	От 70 до 89%
зачтено	Студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) представляет материал неполно 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои действия 3) представляет материал непоследовательно и допускает ошибки	От 51 до 69%

не зачтено	Ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Отмечаются такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.	Менее 50%
------------	--	-----------

#### Д. Промежуточный контроль (зачет и экзамен)

Промежуточный контроль проводится в форме практического показа		
Традиционная оценка	Пояснение к оцениванию экзаменационного ответа	
«Отлично»	- теоретическое освоение компетенций освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов близким к максимальному.	
«Хорошо»	- теоретическое освоение компетенций освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.	
«Удовлетворительно»	- уровень выполнения работы отвечает большинству основных требований, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	
«Неудовлетворительно»	- теоретическое освоение компетенций освоено частично, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнены, либо качество их выполнения оценено числом баллов близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО  
по направлению подготовки: 52.05.02 «Режиссура театра»,  
профиль подготовки: «Режиссер драмы»  
Автор (ы): составитель: