

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Ярошенко Федор Ильич

Должность: проректор по учебно-методической деятельности

Дата подписания: 09.06.2026 12:22:20

Уникальный программный ключ: «МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»
25cc77c6d2a242799b1569189212ec549db4bb3f

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

УТВЕРЖДЕНО
Председатель УМС
факультета государственной
культурной политики
А.Ю. Единак

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ И ПЛАСТИКА

Название и код направления подготовки

39.03.03 Организация работы с молодежью

Профиль подготовки Управление креативными проектами в сфере
молодежной политики

Уровень квалификации бакалавр

Форма обучения очная

*(РПД адаптирована для лиц
с ограниченными возможностями
здоровья и инвалидов)*

1. Цель и задачи курса.

Цель курса:

Формирование творческого сознания посредством развития сенсорных, и моторных качеств, развитие «телесного сознания» и воспитания «пластической культуры».

Задачи:

- воспитание пластической культуры и гармонизация психо – моторных функций психо – физического аппарата;
- формирование «исполнительского контроля» - главного инструмента творческого мышления;
- развитие пластического мышления посредством активизации эмоциональной и логической памяти;
- интеграция пластической оснащенности и пластической выразительности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина относится к блоку Б.1.В учебного плана ОПОП: 39.03.03 «Организация работы с молодежью».

Дисциплина изучается в 2,3 и 4 семестрах.

Учебная дисциплина «Сценическое движение и пластика» взаимодействует с изучением дисциплины учебного плана ОПОП: 39.03.03 «Организация работы с молодежью» (профиль подготовки: «**Управление креативными проектами в сфере молодежной политики**»).

Основные положения дисциплины могут быть в дальнейшем использованы при изучении следующих дисциплин и прохождении практик, а также процедур государственной итоговой аттестации:

- «Арт-менеджмент»
- «Творческо-производственная деятельность учреждений культуры»
- Производственная практика
- Государственная итоговая аттестация.

Взаимосвязь курса с другими дисциплинами ОПОП способствует планомерному формированию необходимых компетенций и углубленной подготовке студентов к решению специальных практических профессиональных задач.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Основы сценического движения и пластик»

Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей УК-6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста УК-6.3. Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста
---	---	--

		<p>УК- 6.4 Строит профессиональную карьеру и определяет стратегию профессионального развития</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Понимает необходимость стратегического планирования своей жизни; – Формулирует приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста; – Осознаёт возможности дальнейшего продвижения и саморазвития в профессиональной сфере; – Знает инструменты и методы контроля времени в практической работе; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей; – Планирует перспективные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста – Строит профессиональную карьеру и определяет стратегию профессионального развития – Разрабатывает поэтапный план-график последовательных шагов для достижения поставленной цели; – Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей.
	<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности</p> <p>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p>Знать:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> – Знает методы сохранения и укрепления физического здоровья и жизненной активности; – Признаёт социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; – Осознаёт роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности; – Знает способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности; – Использует здоровьесберегающие технологии, физкультуру и спорт для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; – Организует режим времени, ведущий к здоровому образу жизни; – Выполняет приемы самоподготовки к занятиям, элементы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; – Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности; – Конструирует методику самостоятельных занятий физкультурой и спортом и самоконтроля за состоянием своего организма; – Принимает участие в организации и проведении индивидуального, коллективного и семейного отдыха, в массовых спортивных соревнованиях. <p>ПК-5.1. Разрабатывает сценарные планы и режиссерские решения мероприятий.</p> <p>ПК-5.2. Применяет художественные, сценические и визуальные средства выразительности.</p> <p>ПК-5.3. Организует репетиционный и постановочный процесс.</p> <p>ПК-5.4. Контролирует художественный уровень и высокое качество реализуемых проектов.</p>
	<p>ПК-5. Способен к сценарно-режиссерской и продюсерской деятельности в молодежных проектах</p>	

		<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основы режиссуры и сценографии массовых мероприятий. - Принципы драматургии и композиции культурных событий. - Средства художественной выразительности и технические возможности сцены.
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрабатывать сценарные и постановочные планы. - Осуществлять менеджмент деятельности творческого коллектива. - Проводить художественный анализ и оценку качества программы.
		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Навыками режиссуры и продюсирования культурных проектов. - Технологиями сценического воплощения замысла. - Средствами визуальной и медийной презентации молодежных событий.

В результате освоения дисциплины «Сценическое движение и пластика»

Знать:

- исторические тенденции и методологические традиции становления и развития сценической пластики и танца;
- методики имажитивного творчества в пантомиме и хореографии, специфику их реализации в технологии постановки культурно – досуговых программ.

Уметь:

- моделировать художественный образ сценического пластического действия в структуре композиции культурно – досуговой программы.

Владеть:

- понятийно – категориальным аппаратом дисциплины «Основы сценического движения, пластики и танца»;
- практическими методами и техниками создания пластического художественного образа выразительными средствами пантомимы и хореографии.

В каждом человеке биологически закреплена особенность к осуществлению пластического целостного движения. Для достижения цели необходимо учитывать основные признаки, определяющие значимость анатомо – морфологических и психологических факторов в развитии пластической культуры.

Роль генетической обусловленности в формировании «телесного сознания»:

- анатомическое строение (внешний вид), морфологическая структура тела определены генотипом;
- морфология ткани не является константной характеристикой, а изменяется в процессе развития пластической культуры;

- состояние тела и психомоторных функций определяется уровнем сознания, соединяющего воедино телесную, эмоциональную, когнитивную функции и духовную сферу;
 - форма тела, пластика тела выступают как функция психической сущности – зеркало духовного мира. Этот духовный мир представляет скрытые резервы, приводя их в движение, мы запускаем механизм творчества
- Профессиональный уровень студента определяется уровнем пластической культуры и степенью его духовной зрелости.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

4.1 Объем дисциплины (модуля)

Изучение дисциплины **5 зачетных единиц, 180 часов** для очного: курс идет 2, 3 и 4 семестр, 96 аудиторных, 84 СРС, форма контроля зачет в 3 семестре и в 4 семестре зачет с оценкой.

4.2 Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема/Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы*, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)/ с указанием занятий, проводимых в интерактивных формах					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции	Семинары	Практически	ИКР	СРС	
1	1 Раздел. Основания сценического движения (базовый уровень)	2			28		26	Конспект, этюд, презентацию, доклад
2	2 Раздел. Пластика и выразительное движение (средний уровень)	3			34		38	Конспект, этюд, презентацию, доклад
3	3 Раздел. Сценическая пластика как художественный язык (продвинутый уровень)	4			34		20	Конспект, этюд, презентацию, доклад
итого: 180ч. 5 з.е.					96		84	

Зачет 3 семестр								
Зачет с оценкой 4 семестр								

Содержание курса

4.3. Содержание разделов дисциплины

1 Раздел Основания сценического движения (базовый уровень)

1. Тело как инструмент сценического выражения: анатомия движения

Тело актёра рассматривается как основной выразительный инструмент сценического действия. Изучаются базовые анатомические принципы, определяющие возможности и ограничения движения. Особое внимание уделяется взаимосвязи скелета, мышц и суставов. Формируется понимание безопасного и осознанного использования тела. Закладывается фундамент профессиональной телесной культуры.

2. Осознанность тела и мышечная чувствительность

Тема направлена на развитие способности ощущать собственное тело в покое и движении. Студенты учатся различать напряжение и расслабление мышц. Формируется навык внутреннего наблюдения за телесными процессами. Осознанность рассматривается как условие точности сценического движения. Практика способствует профилактике зажимов и травм.

3. Постава корпуса и сценическая ось

Изучается понятие сценической вертикали и устойчивого положения корпуса. Рассматриваются нарушения осанки и их влияние на выразительность. Формируется навык выстраивания тела в пространстве сцены. Осваивается принцип «собранного» и «открытого» тела. Постава становится основой уверенного сценического присутствия.

4. Дыхание как основа движения и ритма

Дыхание анализируется как источник энергии движения. Осваиваются базовые дыхательные техники, связанные с пластикой. Устанавливается связь дыхания с ритмом и темпом действия. Формируется способность координировать дыхание и движение. Дыхание становится осознанным выразительным средством.

5. Координация и баланс: устойчивость в покое и движении

Рассматриваются принципы равновесия тела в статике и динамике. Развивается координация различных частей тела. Студенты осваивают упражнения на устойчивость и центр тяжести. Баланс понимается как физическое и психофизическое состояние. Формируется уверенность движений на сцене.

6. Работа с весом тела: опора, перенос, падение

Изучается распределение веса тела в движении. Осваиваются техники опоры и переноса массы. Рассматриваются безопасные способы падений и подъёмов. Формируется понимание силы тяжести как выразительного ресурса. Тело учится «доверять» пространству сцены.

7. Пространственная ориентация на сцене

Тема посвящена осознанию сценического пространства. Студенты учатся ориентироваться в направлениях, уровнях и глубине сцены. Формируется чувство дистанции и композиции. Осваивается взаимодействие тела и пространства. Пространство становится партнёром движения.

8. Основы сценической походки и положения тела

Рассматриваются типы походки как отражение состояния и характера. Формируется навык управляемого движения в пространстве. Походка изучается как пластический элемент образа. Осваиваются устойчивые и выразительные положения тела. Движение становится осмысленным и сценически точным.

9. Ритм и темп в элементарных движениях

Изучаются базовые ритмические структуры движения. Формируется чувство внутреннего и внешнего темпа. Осваивается синхронизация движений с заданным ритмом. Ритм понимается как основа сценической организации. Развивается телесная музыкальность.

10. Этюды на простые пластические действия без образа

Тема направлена на освоение чистого движения без психологической нагрузки. Выполняются этюды на действие, форму и траекторию. Исключается сюжет и персонаж. Внимание сосредоточено на качестве движения. Формируется пластическая дисциплина.

2 Раздел. Пластика и выразительное движение (средний уровень)

11. Пластическая выразительность и жест как смысловой элемент

Жест рассматривается как носитель смысла. Изучается выразительный потенциал рук и корпуса. Анализируются бытовые и сценические жесты. Формируется осознанность жестового языка. Движение приобретает коммуникативную функцию.

12. Связь эмоции и движения

Исследуется влияние эмоционального состояния на пластику. Студенты учатся находить телесное выражение эмоций. Избегается иллюстративность и внешняя имитация.

Формируется органическая связь чувства и движения. Пластика становится психологически мотивированной.

13. Работа с ритмическими структурами и музыкальностью тела

Осваиваются сложные ритмические рисунки. Тело рассматривается как музыкальный инструмент. Формируется способность двигаться в заданной музыкальной структуре. Развивается чувство внутреннего счёта. Музыкальность становится качеством сценического движения.

14. Пластический рисунок роли

Изучается индивидуальный пластический язык персонажа. Формируется устойчивый телесный образ роли. Анализируется связь движения и характера. Пластический рисунок становится частью драматургии. Движение приобретает выразительную целостность.

15. Контраст, пауза и напряжение в сценическом движении

Контраст используется как средство выразительности. Осваивается работа с паузой и замедлением. Напряжение и расслабление рассматриваются как драматургические приёмы. Формируется умение управлять вниманием зрителя. Движение становится выразительно структурированным.

16. Групповая пластика и взаимодействие в ансамбле

Тема посвящена совместному движению в группе. Осваиваются принципы синхронности и партнёрства. Формируется чувство общего ритма. Изучается пластическая композиция ансамбля. Индивидуальное движение подчиняется общему замыслу.

17. Основы пластического этюда с заданным образом

Этюд строится на образной задаче. Соединяются движение и смысл. Формируется способность к пластическому перевоплощению. Образ раскрывается через тело. Этюд становится самостоятельным художественным высказыванием.

18. Национальные и исторические элементы пластики

Рассматриваются особенности пластики разных культур и эпох. Анализируются исторические типы движения. Осваиваются стилизованные формы. Формируется культурная телесная память. Пластика становится исторически осмысленной.

19. Импровизация как метод развития сценической свободы

Импровизация используется как педагогический инструмент. Развивается спонтанность и реакция. Формируется доверие к телу. Осваивается свобода в рамках заданных условий. Импровизация укрепляет сценическую уверенность.

20. Пластика в драматургии сценического действия

Движение рассматривается как часть драматургии. Анализируется развитие пластического действия во времени. Пластика соотносится с конфликтом и кульминацией. Формируется понимание сценической логики. Движение становится структурным элементом спектакля.

3 Раздел. Сценическая пластика как художественный язык (продвинутый уровень)

21. Сценическое движение в системе режиссёрского решения

Пластика рассматривается в контексте режиссёрского замысла. Анализируется функция движения в постановке. Студенты учатся подчинять пластику общей концепции. Осваивается сценическая целесообразность движения. Пластика становится частью режиссёрского языка.

22. Пластика характера и психофизика персонажа

Изучается психофизическая природа сценического образа. Движение связывается с внутренними мотивами персонажа. Формируется телесная логика характера. Избегается внешняя стилизация. Пластика становится психологически достоверной.

23. Символика движения и метафора в пластике

Движение рассматривается как символический жест. Осваивается метафорическое мышление в пластике. Анализируются условные и абстрактные формы. Формируется способность к обобщению. Пластика приобретает философскую глубину.

24. Пластическое решение сцены без текста

Сцена строится исключительно средствами движения. Исключается словесное высказывание. Формируется выразительность пластического языка. Студенты учатся «говорить телом». Пластика становится самостоятельным драматургическим средством.

25. Синтез движения, слова и сценического пространства

Изучается взаимодействие пластики и речи. Осваивается координация слова и движения. Формируется целостное сценическое действие. Анализируется ритм сценического существования. Возникает синтетический сценический язык.

26. Пластика в массовых и ансамблевых сценах

Рассматриваются особенности массовых сцен. Формируется чувство общей композиции. Осваивается управление вниманием зрителя. Индивидуальное движение включается в коллективное. Пластика приобретает масштабность.

27. Работа с предметом и костюмом в сценическом движении

Предмет рассматривается как продолжение тела. Осваиваются приёмы взаимодействия с реквизитом. Костюм влияет на характер движения. Формируется телесная адаптация к сценической среде. Движение становится предметно осмысленным.

28. Пластика в современных театральных и перформативных формах

Изучаются актуальные формы сценической пластики. Анализируются перформанс и физический театр. Осваиваются экспериментальные приёмы движения. Формируется современное пластическое мышление. Пластика выходит за рамки традиционного театра.

29. Авторский пластический этюд как художественное высказывание

Студент разрабатывает собственный пластический замысел. Формируется индивидуальный язык движения. Этюд строится как авторская композиция. Оценивается целостность и выразительность. Пластика становится формой личного высказывания.

30. Итоговая пластическая композиция: от замысла к воплощению

Тема подводит итог всему курсу. Студенты проходят путь от идеи до сценической реализации. Формируется умение работать с формой и смыслом. Композиция оценивается как художественное целое. Курс завершается сформированным пластическим мышлением.

5. Перечень учебно-методического обеспечения по дисциплине, образовательные технологии:

При проведении учебных занятий организация обеспечивает развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

Для самостоятельной работы по дисциплине обучающиеся используют следующее учебно-методическое обеспечение:

1. Методические рекомендации по освоению дисциплины – «Сценическое движение и пластика»

Применяемые образовательные технологии:

- Процесс изучения дисциплины предусматривает контактную (работа на занятиях лекционного и семинарского типа) и самостоятельную (самоподготовка к лекциям и занятиям семинарского типа) работу обучающегося.
- В качестве основной формы организации учебного процесса по дисциплине в предлагаемой методике обучения выступает использование интерактивных, развивающих, проблемных, проектных технологий обучения, прежде всего на

занятиях семинарского типа. Семинар-дискуссия, семинар-обсуждение и семинар-презентация статей носят развивающий характер, способствуют развитию лидерских качеств, а средствами групповой работы над докладами – развитию командных качеств обучающихся.

- Целью самостоятельной работы студентов является формирование философского мышления и сознания, способствующих социальному ориентированию в современной жизни. Самостоятельная работа студентов по дисциплине обеспечивает:

–закрепление знаний, полученных студентами в процессе занятий лекционного и семинарского типов;

–формирование навыков работы с периодической, научной литературой, информационными ресурсами Интернет.

В процессе выполнения самостоятельной работы студент овладевает умениями и навыками написания научных работ по социологии; анализом социологических текстов, концепций, точек зрения.

Формы самостоятельной работы:

- Подготовка к практическому занятию.
- Подготовка к презентации доклада на семинаре-обсуждении,
- Подготовка к презентации доклада на семинаре дискуссии,
- Подготовка к устному опросу рубежного контроля.

Самостоятельная работа является обязательной для каждого студента.

- активные методики проведения занятий: диспуты, дискуссии, мини-конференции
- деловые игры
- мозговой штурм
- игровое моделирование проектов
- практические лаборатории
- использование компьютерных технологий, работа с интернет-ресурсами, работа с аудио и видео-ресурсами

Темы практических занятий

1. Телесная разминка и включение в сценическое состояние.

Подтемы: осознание суставной подвижности и мышечного тонуса; связь дыхания и движения в разогреве; переход от бытового состояния к сценическому.

Цель занятия: формирование готовности тела к сценической работе и навыков осознанного включения в тренировочный процесс.

Ожидаемые результаты: обучающийся демонстрирует телесную собранность, координированное дыхание и способность быстро переходить в рабочее сценическое состояние.

Критерии оценивания: точность выполнения упражнений, уровень телесной осознанности, дисциплина и концентрация внимания.

2. Постава корпуса и центр тяжести в сценическом движении.

Подтемы: выстраивание сценической вертикали; работа с опорой и устойчивостью; контроль положения корпуса в движении.

Цель занятия: формирование устойчивой и выразительной сценической позы как

основы пластической культуры.

Ожидаемые результаты: обучающийся удерживает сценическую ось, осознанно управляет центром тяжести и сохраняет устойчивость в движении.

Критерии оценивания: устойчивость корпуса, отсутствие зажимов, выразительность и собранность позы.

3. **Координация и изоляция частей тела.**

Подтемы: независимость движений рук, корпуса и ног; последовательность и волновые движения; согласование изоляции и целостного движения.

Цель занятия: развитие координационных способностей и пластической дифференциации тела.

Ожидаемые результаты: обучающийся демонстрирует способность управлять отдельными частями тела без потери целостности движения.

Критерии оценивания: точность изоляции, плавность переходов, контроль над телом.

4. **Ритм, темп и телесная музыкальность.**

Подтемы: освоение базовых ритмических рисунков; смена темпа и динамики движения; движение в музыкальной и немзыкальной среде.

Цель занятия: развитие чувства ритма и способности телесно существовать в заданной временной структуре.

Ожидаемые результаты: обучающийся уверенно воспроизводит ритмические модели и адаптирует движение к изменению темпа.

Критерии оценивания: ритмическая точность, согласованность движений, телесная музыкальность.

5. **Работа с весом тела и равновесием.**

Подтемы: перенос веса и смена опор; падения, подъёмы и безопасные перекаты; использование силы тяжести в пластике.

Цель занятия: освоение принципов физической устойчивости и выразительного использования веса тела.

Ожидаемые результаты: обучающийся свободно управляет весом тела, демонстрирует устойчивость и безопасность движений.

Критерии оценивания: контроль равновесия, техническая точность, уверенность и пластичность.

6. **Пространство сцены и траектория движения.**

Подтемы: ориентация в сценическом пространстве; линии, уровни и направления движения; осознанное заполнение и освобождение пространства.

Цель занятия: формирование пространственного мышления и умения композиционно выстраивать движение на сцене.

Ожидаемые результаты: обучающийся осознанно использует сценическое пространство и выстраивает логичные траектории движения.

Критерии оценивания: пространственная точность, композиционная целостность, сценическая логика.

7. **Пластический жест как средство выразительности.**

Подтемы: жест как смысловое высказывание; контраст и пауза в жесте; избегание бытовой и иллюстративной пластики.

Цель занятия: развитие выразительного жеста как осмысленного элемента сценического языка.

Ожидаемые результаты: обучающийся использует жест целенаправленно, избегая случайности и бытовой манеры.

Критерии оценивания: выразительность жеста, смысловая точность, сценическая сдержанность.

8. **Партнёрство и групповое пластическое взаимодействие.**

Подтемы: телесное доверие и чувство партнёра; синхронность и асинхронность в группе; коллективный ритм и ансамблевая пластика.

Цель занятия: формирование навыков взаимодействия и согласованного движения в группе.

Ожидаемые результаты: обучающийся демонстрирует способность работать в ансамбле, чувствовать партнёров и общий ритм.

Критерии оценивания: согласованность действий, внимательность к партнёрам, ансамблевая выразительность.

9. **Пластический этюд без текста.**

Подтемы: формулирование пластической задачи; развитие действия через движение; завершённость и композиция этюда.

Цель занятия: развитие способности создавать осмысленное сценическое высказывание средствами пластики.

Ожидаемые результаты: обучающийся выполняет пластический этюд с ясной структурой и выразительным развитием действия.

Критерии оценивания: целостность этюда, логика движения, выразительность пластического решения.

10. **Импровизация и пластическая свобода.**

Подтемы: импульс как начало движения; работа с неожиданным телесным решением; сохранение сценической формы в импровизации.

Цель занятия: развитие сценической свободы и способности к спонтанному пластическому высказыванию.

Ожидаемые результаты: обучающийся демонстрирует инициативность, телесную свободу и способность удерживать форму в импровизации.

Критерии оценивания: органичность импровизации, контроль формы, художественная убедительность.

Самостоятельная работа

Индивидуальные творческие задания (проекты):

Постановка одного из блоков, эпизодов или номеров программы (авторская сценарная разработка в соответствии с общей задачей показа):

1. Написание либретто (сценарная заявка) номера.
2. Подбор музыкального материала и художественных выразительных средств для постановки эстрадного номера.
3. Подбор исполнителей, организация репетиционного процесса.

Курсовой экзамен проводится в виде творческого показа, где каждый студент самостоятельно разрабатывает и ставит собственный хореографический номер или эпизод программы.

Для подготовки студент должен:

1. Изучить теоретические основы технологии методики и постановки хореографического номера.
2. Овладеть сценарно – режиссерскими основами технологии создания хореографического номера.
3. Овладеть практическими навыками постановки хореографических номеров.

Оценка «отлично» предполагает:

- участие в творческой разработке сценария пластико-хореографических программы (разработка общей концепции, разработка отдельных блоков, эпизодов, номеров будущей программы; разработка сценарного плана с примерным таймингом; написание литературного сценария программы, написания текстов стихов и песен для сценария, написание монтажных листов, музыкальной и световой партитур);

- организационная деятельность по подготовке, постановке и проведению творческого показа курса (организация репетиционного процесса: репетиции номеров, эпизодов, блоков, монтажные и сводные репетиции, технические и монтировочные репетиции, генеральный прогон, подготовка музыкального и художественного оформления показа, пошив костюмов; материально-техническое обеспечение показа; организация раусной части показа; подготовка и оформление зала; полиграфия: афиши, либретто написание, планов по подготовке и проведению показа с указанием ответственных лиц и времени исполнения, организационная и техническая работа во время показа);

- постановка одного из блоков, эпизодов или номеров программы (авторская сценарная разработка блока, эпизода или номера в соответствии с общей задачей показа, сценарный и режиссерский замысел постановки, подбор музыкального материала и художественных выразительных средств для постановки, подбор актерского состава, организация репетиционного процесса);

- участие в качестве актёра или ведущего в различных блоках, эпизодах или номерах программы (ведущий, актер – солист, массовка).

Оценка «хорошо» предполагает:

- участие в творческой разработке сценария курсового показа или организационная деятельность по подготовке, постановке и проведению творческого показа курса;

- постановка одного из блоков, эпизодов или номеров программы;

- участие в качестве ведущего или актёра в различных блоках, эпизодах или номерах программы.

Оценка «удовлетворительно» предполагает:

участие в качестве актёра или ведущего в различных блоках, эпизодах и номерах программы либо организационная деятельность по подготовке, постановке и проведению творческого показа курса.

Оценку «неудовлетворительно» (менее 15 баллов) получает студент, работа которого не отвечает вышеперечисленным требованиям.

Критерии рейтинговой оценки на зачете

«Отлично» выставляется, если студент показал глубокое и полное знание материала учебной дисциплины, усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины.

«Хорошо» выставляется, если студент показал полное знание основного материала учебной дисциплины, знание основной литературы и знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной рабочей программой.

«Удовлетворительно» выставляется, если студент показал при ответе знание основных положений учебной дисциплины, допустивший отдельные погрешности и сумевший устранить их с помощью преподавателя, знакомый с основной литературой, рекомендованной рабочей программой.

«Неудовлетворительно» выставляется, если при ответе выявились существенные пробелы в знании основных положений учебной дисциплины, неумение студента даже с помощью преподавателя сформулировать правильные ответы на вопросы экзаменационного билета.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Форма контроля	Компетенция	Оценка
Текущий контроль:		
-выступление с докладом на семинаре - участие в дискуссии на семинаре -выполнение задания	УК-6,7 ПК-5	зачтено/не зачтено
Промежуточная аттестация (зачет и зачет с оценкой)	УК-6,7 ПК-5	зачтено (отлично, хорошо, удовлетворительно)/ не зачтено

6.2. Критерии оценки результатов по дисциплине

Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
«зачтено (отлично)»/ «зачтено»	Выставляется обучающемуся, если компетенция(ии), закрепленная дисциплиной, сформирована (по индикаторам/ результатам обучения в формате знать-уметь-владеть) в полном объеме на уровне «высокий», и обучающийся демонстрирует как результат обучения следующие знания, умения и навыки: обучающийся глубоко и полностью усвоил теоретический и практический материал, продемонстрировал это на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся исчерпывающе и логически стройно излагает учебный материал, умеет сочетать теорию с практикой, справляется с решением задач профессиональной направленности высокого уровня сложности, правильно обосновывает принятые решения. Свободно ориентируется в учебной и профессиональной литературе. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учетом результатов текущей аттестации.

«зачтено (хорошо)» / «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если он знает теоретический и практический материал, грамотно и по существу излагает его на занятиях и в ходе промежуточной аттестации, не допуская существенных неточностей.</p> <p>Обучающийся правильно применяет теоретические положения при решении практических задач профессиональной направленности различного уровня сложности, владеет необходимыми для этого навыками и приёмами.</p> <p>Достаточно хорошо ориентируется в учебной и профессиональной литературе.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p> <p>Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «хороший».</p>
«зачтено (удовлетворительно)» / «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если он знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает отдельные ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации.</p> <p>Обучающийся испытывает определённые затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, владеет необходимыми для этого базовыми навыками и приёмами.</p> <p>Демонстрирует достаточный уровень знания учебной литературы по дисциплине.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p> <p>Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «достаточный».</p>
не зачтено	<p>Выставляется обучающемуся, если он не знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации.</p> <p>Обучающийся испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами.</p> <p>Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p> <p>Компетенции на уровне «достаточный», закреплённые за дисциплиной, не сформированы.</p>

6.3. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета

1. Самостоятельная телесная практика в курсе сценического движения прежде всего направлена на:
 - А) Увеличение физической нагрузки
 - Б) Формальное выполнение заданий
 - В) **Осознанное развитие профессиональных навыков и самодисциплины**
 - Г) Сравнение с другими студентами
 - Д) Подготовку к зачёту
2. Планирование индивидуальной работы по сценическому движению способствует:
 - А) Упрощению учебного процесса
 - Б) Сокращению времени занятий
 - В) **Формированию устойчивой траектории профессионального саморазвития**
 - Г) Замене аудиторных занятий
 - Д) Снижению ответственности
3. Управление временем в процессе пластического тренинга предполагает:
 - А) Максимальную интенсивность занятий
 - Б) Импровизацию без структуры
 - В) **Чередование нагрузки, восстановления и анализа**
 - Г) Отказ от повторений
 - Д) Спонтанный выбор упражнений
4. Что является признаком осознанного саморазвития в курсе сценического движения?
 - А) Выполнение упражнений по образцу
 - Б) Повторение движений без анализа
 - В) **Рефлексия телесных ощущений и динамики роста**
 - Г) Стремление к внешнему эффекту
 - Д) Минимизация усилий
5. Индивидуальная образовательная траектория в сценическом движении формируется через:
 - А) Унифицированный комплекс упражнений
 - Б) Случайный выбор практик
 - В) **Учет телесных особенностей и профессиональных целей студента**
 - Г) Копирование педагога
 - Д) Снижение требований
6. Самоорганизация в процессе освоения пластики проявляется в умении:
 - А) Работать без отдыха
 - Б) Игнорировать усталость
 - В) **Регулярно и последовательно отрабатывать навыки**
 - Г) Заменять практику теорией
 - Д) Ориентироваться только на оценку
7. Рефлексия после практического занятия по сценическому движению необходима для:
 - А) Самооценки внешнего вида

- Б) Формального отчёта
 - В) **Корректировки индивидуального пути развития**
 - Г) Получения поощрения
 - Д) Сравнения с группой
8. Образование в течение всей жизни в контексте сценической пластики означает:
- А) Освоение фиксированного набора движений
 - Б) Окончание обучения после курса
 - В) **Постоянное развитие телесной культуры и выразительности**
 - Г) Смену профессии
 - Д) Получение сертификатов
9. Что снижает эффективность самостоятельной работы по сценическому движению?
- А) Повторяемость упражнений
 - Б) Анализ ощущений
 - В) **Отсутствие регулярности и цели**
 - Г) Постепенность
 - Д) Осознанная нагрузка
10. Управление временем в репетиционном процессе необходимо для:
- А) Увеличения количества упражнений
 - Б) Формального соблюдения расписания
 - В) **Достижения качественного пластического результата**
 - Г) Исключения пауз
 - Д) Сокращения разминки
11. Физическая подготовленность в курсе сценического движения прежде всего связана с:
- А) Спортивными показателями
 - Б) Силовыми нагрузками
 - В) **Координацией, выносливостью и телесной осознанностью**
 - Г) Скоростью реакции
 - Д) Соревнованием
12. Регулярный пластический тренинг способствует:
- А) Переутомлению
 - Б) Монотонности движений
 - В) **Поддержанию профессиональной работоспособности**
 - Г) Снижению концентрации
 - Д) Увеличению стресса
13. Телесная осознанность в сценическом движении означает:
- А) Контроль внешнего образа
 - Б) Жёсткую фиксацию поз
 - В) **Чувствование и регулирование состояния тела**
 - Г) Максимальное напряжение
 - Д) Силовую выносливость
14. Что является признаком адекватной физической нагрузки в пластическом тренинге?
- А) Боль в мышцах
 - Б) Постоянная усталость

- В) **Сохранение тонуса без истощения**
 - Г) Отказ от восстановления
 - Д) Работа на пределе
15. Для сценического движения недопустимо:
- А) Постепенное усложнение
 - Б) Контроль дыхания
 - В) **Игнорирование сигналов тела**
 - Г) Регулярность
 - Д) Восстановление
16. Физическая подготовленность актёра или организатора события влияет на:
- А) Теоретические знания
 - Б) Административные функции
 - В) **Качество сценического присутствия и взаимодействия**
 - Г) Количество выступлений
 - Д) Формальную отчётность
17. Дыхание в сценическом движении выполняет функцию:
- А) Физиологического процесса
 - Б) Второстепенного элемента
 - В) **Источника энергии и устойчивости движения**
 - Г) Фонового сопровождения
 - Д) Релаксации без связи с действием
18. Профилактика профессионального утомления в курсе пластики включает:
- А) Исключение тренинга
 - Б) Повышение нагрузки
 - В) **Баланс движения, отдыха и восстановления**
 - Г) Работа без пауз
 - Д) Отказ от разминки
19. Физическая культура в сценическом движении формирует:
- А) Спортивный результат
 - Б) Конкурентоспособность
 - В) **Основу профессионального долголетия**
 - Г) Внешнюю эффектность
 - Д) Формальный навык
20. Поддержание физической формы в курсе пластики — это:
- А) Личное хобби
 - Б) Дополнительная нагрузка
 - В) **Профессиональная необходимость**
 - Г) Спортивная обязанность
 - Д) Временная мера
21. Пластическое решение молодёжного проекта выполняет функцию:
- А) Декоративного элемента
 - Б) Фонового сопровождения
 - В) **Средства художественного и смыслового высказывания**
 - Г) Заполнения пауз
 - Д) Иллюстрации текста

22. Сценическое движение в молодёжном проекте используется для:
- А) Демонстрации техники
 - Б) Усложнения формы
 - В) **Организации действия и вовлечения аудитории**
 - Г) Заполнения времени
 - Д) Импровизации без задачи
23. Пластическая композиция события относится к:
- А) Административной части
 - Б) Финансовому плану
 - В) **Режиссёрскому решению проекта**
 - Г) Техническому обеспечению
 - Д) Отчётной документации
24. Работа с телом и движением при создании сценария помогает:
- А) Увеличить длительность программы
 - Б) Сократить репетиции
 - В) **Выстроить логику и динамику события**
 - Г) Заменить режиссуру
 - Д) Формализовать процесс
25. Пластический этюд в молодёжном проекте может выполнять роль:
- А) Репетиционного элемента
 - Б) Заполнения сцены
 - В) **Самостоятельного смыслового блока**
 - Г) Технической паузы
 - Д) Иллюстрации музыки
26. Продюсер в проекте с пластическим компонентом должен учитывать:
- А) Только бюджет
 - Б) Только площадку
 - В) **Физические и психофизические возможности исполнителей**
 - Г) Формальные требования
 - Д) Количество зрителей
27. Групповая пластика в молодёжном событии способствует:
- А) Индивидуализации участников
 - Б) Усложнению восприятия
 - В) **Формированию чувства общности и взаимодействия**
 - Г) Снижению внимания
 - Д) Формальному эффекту
28. Режиссёрская работа с движением предполагает:
- А) Набор отдельных упражнений
 - Б) Повторяемость элементов
 - В) **Целостную композицию и образную логику**
 - Г) Импровизацию без структуры
 - Д) Случайность решений
29. Использование пластики в сценарии молодёжного проекта позволяет:
- А) Упростить содержание
 - Б) Увеличить хронометраж
 - В) **Воздействовать на эмоциональный и телесный опыт аудитории**

- Г) Снизить выразительность
 - Д) Заменить концепцию
30. Сформированность ПК-5 в курсе сценического движения проявляется в способности:
- А) Выполнять упражнения
 - Б) Повторять этюды
 - В) **Создавать и реализовывать пластическое решение проекта**
 - Г) Работать только индивидуально
 - Д) Следовать инструкции

Примерные вопросы теоретического курса дисциплины «Сценическое движение и пластика» (2 семестр)

Раздел I. Основания сценического движения (базовый уровень)

1. Тело как инструмент сценического выражения: понятие и значение.
2. Основные анатомические принципы, влияющие на сценическое движение.
3. Телесная осознанность как основа пластической культуры исполнителя.
4. Понятие мышечного зажима и способы его выявления в сценическом движении.
5. Сценическая ось и её роль в формировании устойчивого положения тела.
6. Осанка и постанка корпуса в сценическом движении.
7. Дыхание как источник энергии и ритма движения.
8. Взаимосвязь дыхания и пластического действия.
9. Координация движений и её значение для сценической выразительности.
10. Баланс и устойчивость тела в статике и динамике.
11. Работа с весом тела: опора, перенос и распределение массы.
12. Принципы безопасных падений и подъёмов в сценическом движении.
13. Пространственная ориентация на сцене и её элементы.
14. Понятие сценического пространства и взаимодействие с ним.
15. Сценическая походка как элемент пластической выразительности.
16. Основные положения тела и их сценическое значение.
17. Ритм и темп как основы организации движения.
18. Телесная музыкальность и её проявление в простых движениях.
19. Пластический этюд без образа: цель и задачи.
20. Значение базового тренинга для дальнейшего освоения сценической пластики

«Сценическое движение и пластика». Задания ориентированы на **первичное формирование телесной осознанности, координации и сценического присутствия** и подходят для текущего контроля и зачёта.

1. Телесная настройка и сценическая ось

Задание предполагает выполнение комплекса упражнений на выстраивание корпуса и осознание сценической вертикали. Студент последовательно выполняет статические и медленные динамические позиции, фиксируя положение головы, плечевого пояса, таза и опор. Особое внимание уделяется дыханию и устойчивости в покое. В завершение студент демонстрирует короткое движение в пространстве с

сохранением сценической оси. Задание направлено на формирование базовой телесной собранности и контроля позы.

2. **Работа с весом тела и равновесием**

Студент выполняет серию упражнений на перенос веса, смену опор и удержание баланса в статике и динамике. В задание включаются простые шаги, остановки, наклоны и возвраты в исходное положение. Важно сохранить плавность движений и осознанное распределение массы тела. Запрещается резкость и форсирование усилий. Задание формирует чувство устойчивости и доверие к собственному телу.

3. **Пластический этюд без образа и текста**

Студент разрабатывает и исполняет короткий пластический этюд (30–60 секунд), построенный на простых действиях и траекториях движения. Этюд выполняется без персонажа, сюжета и эмоциональной иллюстративности. Основной акцент делается на качестве движения, ритме, начале и завершении действия. Движение должно быть логичным и завершённым по форме. Задание направлено на развитие пластической дисциплины и сценической выразительности без образной нагрузки.

Вопросы по II разделу

Пластика и выразительное движение (средний уровень)

1. Понятие пластической выразительности в сценическом движении.
2. Жест как смысловой элемент сценического действия.
3. Отличие бытового жеста от сценического.
4. Связь эмоции и движения в пластике исполнителя.
5. Опасность иллюстративности в пластическом выражении.
6. Понятие пластического рисунка роли.
7. Ритмическая организация движения в сценическом действии.
8. Телесная музыкальность и её значение для выразительности.
9. Контраст и пауза как средства пластической драматургии.
10. Напряжение и расслабление в структуре сценического движения.
11. Групповая пластика как форма сценического взаимодействия.
12. Принципы ансамблевой согласованности в движении.
13. Роль импровизации в развитии пластической свободы.
14. Импульс как источник сценического движения.
15. Пластический этюд с заданным образом: структура и задачи.
16. Национальные и исторические элементы пластики в сценическом движении.
17. Работа с пространством в выразительном движении.
18. Соотношение пластики и драматургии сценического действия.
19. Пластика как средство раскрытия характера.
20. Значение среднего уровня подготовки для перехода к сложным пластическим формам.

Задание для зачета с оценкой (4 семестр)

Создание и показ пластической композиции без текста

(продолжительность 2–3 минуты)

Студент (или группа студентов) разрабатывает и исполняет пластическую композицию, основанную исключительно на средствах сценического движения и пластики. В композиции должны быть использованы элементы, освоенные в ходе курса: осознанная работа с телом, пространством, ритмом, весом, жестом и взаимодействием. Использование текста запрещено. Музыкальное сопровождение допускается, но не является обязательным и не должно подменять пластическое решение.

Композиция должна иметь:

- ясный замысел;
- логическое развитие пластического действия;
- композиционное начало и завершение;
- выразительное и осмысленное использование движения.

Этапы выполнения задания

1. **Формулировка замысла**
Определение пластической идеи и задачи композиции.
2. **Пластическая разработка**
Подбор движений, траекторий, ритма, взаимодействий (при групповом формате).
3. **Композиционное выстраивание**
Определение структуры: вступление, развитие, завершение.
4. **Исполнение и показ**
Демонстрация композиции в сценическом пространстве.
5. **Краткий устный комментарий (по запросу преподавателя)**
Объяснение замысла и используемых пластических средств.

Критерии оценивания

Оценка выставляется по совокупности критериев.

1. Телесная осознанность и техника движения (0–20 баллов)

Оценивается контроль тела, координация, устойчивость, дыхание, отсутствие зажимов.

2. Пластическая выразительность (0–20 баллов)

Оценивается качество движения, осмысленность жеста, использование ритма и паузы.

3. Работа с пространством и формой (0–20 баллов)

Оценивается пространственная логика, траектории, композиционная целостность.

4. Художественный замысел и его реализация (0–20 баллов)

Оценивается ясность идеи, соответствие формы замыслу, развитие пластического действия.

5. Сценическая дисциплина и целостность показа (0–20 баллов)

Оценивается собранность, концентрация, завершённость и культура сценического существования.

Максимальный балл — 100

Шкала перевода в оценку

- 86–100 баллов — «отлично»
- 71–85 баллов — «хорошо»
- 56–70 баллов — «удовлетворительно»
- менее 56 баллов — «не зачтено»

Требования и ограничения

- текст и словесные комментарии в процессе показа не допускаются;
- использование акробатических или травмоопасных элементов запрещено;
- музыкальное сопровождение не должно доминировать над движением;
- форма и сложность композиции должны соответствовать уровню подготовки.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

1. Станиславский К. С. Работа актёра над собой. В 2 ч. — М.: Искусство, 2017.

2. Чехов М. А. О технике актёра. — М.: Искусство, 2019.
3. Мейерхольд В. Э. Статьи, письма, речи. — М.: Искусство, 2016.
4. Гротовский Е. К бедному театру. — М.: Ад Маргинем Пресс, 2020.
5. Барба Э. Бумажное каноэ. Театр антропологии. — СПб.: Балтийские сезоны, 2018.
6. Лабан Р. Искусство движения. — М.: ГИТИС, 2015.
7. Лекок Ж. Поэтика тела. — М.: Искусство, 2018.
8. Терзопулос Т. Возвращение Диониса. — М.: Новое литературное обозрение, 2021.
9. Богданов И. А. Сценическое движение. — М.: ГИТИС, 2014.
10. Кнебель М. О. Поэзия педагогики. — М.: Искусство, 2013.
11. Товстоногов Г. А. Зеркало сцены. — СПб.: Искусство, 2012.
12. Курбас Л. Философия театра. — М.: Прогресс-Традиция, 2016.
13. Румянцев Н. И. Пластика актёра. — М.: Академический проект, 2017.
14. Гордон К. Движение и образ в театре. — М.: ГИТИС, 2019.
15. Захава Б. Е. Мастерство актёра и режиссёра. — М.: Искусство, 2015.
16. Волков Н. Д. Выразительное движение актёра. — М.: Просвещение, 2014.
17. Немирович-Данченко В. И. Творческое наследие. — М.: Искусство, 2018.
18. Кузнецова Л. А. Основы сценической пластики. — СПб.: Лань, 2020.
19. Левинсон А. Теория жеста. — М.: Академический проект, 2016.
20. Гиппиус С. В. Тренинг развития психофизических качеств актёра. — СПб.: Питер, 2019.

Дополнительная литература

1. Выготский Л. С. Психология искусства. — М.: Педагогика, 2018.
2. Асмолов А. Г. Психология достоинства. — М.: Смысл, 2020.
3. Лотман Ю. М. Семиосфера. — СПб.: Искусство-СПб, 2016.
4. Хейзинга Й. Homo Ludens. — М.: Академический проект, 2019.
5. Рикёр П. Время и рассказ. — М.: Университетская книга, 2017.
6. Шюц А. Избранное: мир, светящийся смыслом. — М.: РОССПЭН, 2015.
7. Тёрнер В. Символ и ритуал. — М.: Наука, 2018.
8. Мид Дж. Г. Разум, Я и общество. — М.: Академический проект, 2014.
9. Лоуэн А. Телесная психотерапия. — М.: Класс, 2019.
10. Фельденкрайз М. Осознание через движение. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2016.
11. Александер Ф. Использование себя. — М.: ЛКИ, 2017.
12. Берн Э. Игры, в которые играют люди. — М.: Эксмо, 2020.
13. Руднев В. П. Словарь культуры XX века. — М.: Аграф, 2015.
14. Брук П. Пустое пространство. — М.: Искусство, 2018.
15. Бахтин М. М. Творчество Франсуа Рабле. — М.: Художественная литература, 2016.
16. Сьюзан Ли Фостер. Хореография и театр. — М.: ГИТИС, 2021.
17. Лангер С. Чувство и форма. — М.: Академический проект, 2017.
18. Кракауэр Э. Теория кино. — М.: Ад Маргинем, 2019.
19. Ричард Шехнер. Перформанс. — М.: Новое литературное обозрение, 2018.
20. Пина Бауш. Тексты и интервью. — М.: Арт-Гид, 2020.
21. Бойтлер Э. Телесно-ориентированная психология. — СПб.: Питер, 2016.
22. Гофман И. Представление себя другим в повседневной жизни. — М.: Канон+, 2019.

23. Лакан Ж. Стадия зеркала. — М.: Гнозис, 2017.
24. Делёз Ж. Различие и повторение. — М.: Академический проект, 2018.
25. Арто А. Театр и его двойник. — М.: Ад Маргинем, 2021.
26. Клейн М. Зависть и благодарность. — М.: Институт психоанализа, 2016.
27. Фуко М. Надзирать и наказывать. — М.: Наука, 2019.
28. Лимонова Н. В. Пластика в современном театре. — М.: ГИТИС, 2020.
29. Ярошенко Н. Н. Социально-культурная деятельность. — М.: МГУКИ, 2018.
30. Шарковская Н. В. Событийность в культуре. — М.: Академический проект, 2021.

Если нужно, далее могу:

- адаптировать список под **конкретный профиль подготовки**;
- привести оформление строго **по ГОСТ Р 7.0.100–2018**;
- сократить или расширить список под требования конкретного вуза.

Интернет-ресурсы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<http://www.consultant.ru/> - справочно-правовая система «Консультант плюс»

<https://elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Учебно – методическое и информационное обеспечение дисциплины предусматривает использование электронных ресурсов и библиотек, содержащих справочные материалы, новостные ресурсы, музыкальные энциклопедии.

8. Методические указания для самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Сценическое движение и пластика» является обязательной частью образовательного процесса и направлена на углубление практических навыков, сформированных на аудиторных занятиях, а также на развитие телесной осознанности и профессиональной сценической культуры.

Самостоятельная работа предполагает регулярную индивидуальную практику, аналитическую рефлекссию и творческое осмысление сценического движения как выразительного художественного средства. Выполнение заданий требует дисциплины, систематичности и бережного отношения к собственному телу.

Основные направления самостоятельной работы

1. **Индивидуальная телесная практика**
Студенту рекомендуется ежедневно выполнять комплекс разминочных и восстановительных упражнений, направленных на развитие подвижности суставов,

координации и дыхания. Особое внимание следует уделять осанке, балансу и распределению веса тела. Практика должна осуществляться в умеренном темпе с контролем мышечного напряжения. Недопустимо выполнение упражнений через боль или физическое перенапряжение.

2. **Закрепление базовых технических навыков**
Самостоятельно отрабатываются элементы сценической походки, положения корпуса, простые траектории движения в пространстве. Рекомендуется повторять упражнения, освоенные на практических занятиях, с постепенным усложнением условий. Особое внимание уделяется точности и осознанности движений. Контроль качества движения осуществляется через самонаблюдение и зеркальную проверку.
3. **Развитие чувства ритма и темпа**
Студенту рекомендуется работать с метроритмом, используя музыкальные и немзыкальные источники. Полезны упражнения на движение в разных темпах, смену ритмических рисунков и пауз. Ритм должен ощущаться телесно, а не механически отсчитываться. Целью является формирование внутреннего ритмического чувства.
4. **Пластическая импровизация**
Самостоятельная импровизация проводится в ограниченных временных рамках и по чётко заданной задаче. Рекомендуется начинать движение от телесного импульса, избегая сюжетности и иллюстративности. Импровизация должна сохранять сценическую форму и завершённость. После выполнения целесообразно проводить краткую рефлексию.
5. **Аналитическая рефлексия и самонаблюдение**
Студенту рекомендуется вести краткий дневник наблюдений за телесными ощущениями и динамикой собственного развития. В дневнике фиксируются трудности, зажимы, успехи и изменения в пластике. Анализ позволяет осознанно корректировать работу. Рефлексия способствует формированию профессионального отношения к телу.
6. **Просмотр и анализ сценических примеров**
Рекомендуется регулярный просмотр театральных, пластических и перформативных работ с акцентом на сценическое движение. При анализе следует обращать внимание на качество движения, ритм, работу с пространством и выразительность жеста. Просмотр должен сопровождаться письменным или устным анализом. Простое пассивное восприятие материала не допускается.
7. **Подготовка пластических этюдов**
Самостоятельная работа включает разработку кратких пластических этюдов без текста. Этюд должен иметь ясную задачу, структуру и завершение. Особое внимание уделяется логике движения и композиционной целостности. Этюды готовятся для последующего показа и обсуждения на занятиях.
8. **Соблюдение телесной гигиены и восстановления**
Студенту необходимо учитывать режим нагрузки и отдыха. Рекомендуются растяжка, дыхательные практики и восстановительные упражнения после интенсивной работы. Важно соблюдать водный режим и адекватное физическое восстановление. Телесное здоровье рассматривается как профессиональная ответственность.

Требования к выполнению самостоятельной работы

Самостоятельная работа должна носить регулярный характер и быть связана с тематикой текущего семестра. Выполнение заданий учитывается при текущем контроле и итоговой аттестации. Формальный подход к самостоятельной работе недопустим. Качество самостоятельной работы напрямую влияет на уровень сформированности сценической пластики и профессиональной выразительности студента.

9. Перечень информационных технологий

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется следующее лицензионное программное обеспечение:

Операционные системы:

- Windows 7 Professional

Пакет офисных программ:

- ABBYY FineReader 14 Business 1 year (Per Seat) Academic
- Microsoft Office 2016 Outlook
- Microsoft Office 2016 Word
- Microsoft Office 2016 Excel
- Microsoft Office 2016 PowerPoint
- Microsoft Office 2016 OneNote
- Microsoft Office 2016 SharePoint
- Microsoft Office 2016 Microsoft Teams
- Microsoft Office 2016 Access
- Microsoft Office 2016 Publisher
- 1С:Университет
- Учебные планы ВО и УП ВПО

Антивирусные программы:

- Kaspersky Endpoint Security

Другое ПО:

- Mozilla Firefox

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются электронно-библиотечные системы:

Электронно-библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>

Электронно-библиотечная система «Рукопт» <https://rucont.ru/>

Электронная библиотека «Юрайт»

<https://biblio-online.ru/>

Научная

электронная

библиотека:

https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные занятия по дисциплине проводятся в следующих оборудованных учебных кабинетах, оснащенных соответствующим оборудованием и программным обеспечением:

Таблица 7

Вид учебных занятий по дисциплине	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования и программного обеспечения
Занятия лекционного типа	Зал, поточная аудитория, оснащенная проекционным оборудованием
Занятия семинарского типа	Поточная аудитория,
Самостоятельная работа студентов	Научно-техническая библиотека

Освоение дисциплины предполагает использование академической аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий с необходимыми техническими средствами (компьютер, проектор, доска).