Приложение №3

**ПРОГРАММА КУРСА**

**«СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

Сценическое движение — это искусство использования тела и пространства на сцене для создания убедительных и выразительных образов. Это комплексный процесс, который включает в себя правильную постановку тела, пластику, координацию, баланс и использование различных видов движений. Целью сценического движения является передача эмоций, мыслей и намерений персонажа через физическую интерпретацию.

**Цели и задачи учебного предмета**

**Цель:**

развитие театрально-исполнительских способностей детей и подростков, воспитание их пластической культуры, а также формирование у обучающихся комплекса навыков, позволяющих выполнять задачи различной степени сложности в процессе подготовки учебных спектаклей.

**Задачи:**

- научить детей и подростков владеть своим телом;

- использовать свое тело, как одно из основных средств выразительности актера;

- выработать у учащихся общие двигательные навыки: конкретность и точность движения, правильное распределение мышечных усилий, ритмичность и музыкальность;

- воспитать художественный вкус и умение логически мыслить.

В результате освоения дисциплины, обучающиеся приобретают практические умения и навыки работы над ролью и созданию образа, а именно:

- видеть, слышать, понимать партнера по сцене;

- держать внимание к объекту, к партнеру;

- координироваться в сценическом пространстве;

- вырабатывать логику поведения на сцене, целесообразность действий;

- выступать перед публикой;

- использовать выразительные средства художественного образа;

- владеть своим психофизическим состоянием;

- память на ощущения и создание на ее основе образных видений;

- воображение и фантазия;

- вера в предлагаемые обстоятельства;

- чувство ритма;

- выдержка, самоотдача и целеустремленность.

Программа «Сценическое движение» связана с другими программами театральной студии: «Актерское мастерство», «Сценическая речь», «Грим». Важной задачей совокупности всех предметов является принципиальная нацеленность занятий на рост теоретических и практических знаний и умений обучающихся. Навыки, полученные в процессе обучения сценическому движению, реализуются учащимися в конкретной творческой работе.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, беседа, рассказ);

- наглядный (показ, наблюдение, демонстрация приемов работы);

- практический (упражнения, тренинги, репетиции);

- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления).

Срок освоения программы «Сценическая речь» рассчитан на год. Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью в один академический час. Учебный предмет «Сценическая речь» может проходить в форме групповых и индивидуальных занятий.

**Содержание учебного предмета**

**Тема 1. Тренинг подготовительный**

Коррекция – лечебно-педагогический и воспитательный процесс, направленный на исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врожденных и приобретенных, ухудшающих или отягощающих внешние данные юного артиста, мешающих ему выявлять себя в ярких выразительных сценических формах.

Вычленение индивидуальных проблем каждого учащегося. Разработка стратегии исправления устранимых недостатков и компенсации, смягчения или прикрытия тех из них, которые не могут быть устранены.

Задача – подготовка костно-мышечного аппарата юного актера и определение степени готовности к активной работе на уроке.

Упражнения – в подтягивании, скручивании, прогибании, вращении;

- в ходьбе, в прыжках, в беге;

- в равновесии: наклоны, прогибы, вращения, прыжки; повышение

чувства равновесия (тренировка вестибулярного анализатора), повышение устойчивости тела (оперирование центром тяжести);

- фиксирование позиции.

**Тема 2. Тренинг развивающий**

Задача – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата актера. Упражнения:

- на гибкость (упражнения для развития пассивной и активной гибкости) и растяжку;

- на силу (укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног; динамические упражнения; упражнения для развития взрывной силы; статические (изометрические) упражнения) и выносливость;

- на координацию (повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков. Координационные упражнения для рук, выполняемые в одной, двух и трех плоскостях и со сменой плоскостей; сочетание координационных упражнений для рук с различными движениями ног) и реакцию;

- на прыгучесть и подвижность стопы;

- на мышечную память, освобождение мышц (произвольное управление мышечными напряжениями; попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях; расслабление отдельных групп мышц без предварительного их напряжения; расслабление одних мышц при одновременном напряжении других; «переливание» напряжений и расслаблений из одних мышц в другие; полное расслабление всех мышц с падением и без падения; выработка волевого, а затем и подсознательного контроля за мышечными напряжениями);

- на ощущение центра тяжести;

- на вестибулярный аппарат.

**Тема 3. Тренинг пластический**

Задача – развитие внутреннего ощущения движения.

Упражнения:

- на напряжение и расслабление;

- на подвижность и выразительность рук;

- на подвижность и ловкость (приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач; телесная и ручная ловкость);

- на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;

- на освоение различных типов и характеров движения.

**Тема 4. Тренинг специальный**

Задача - развитие психофизических качеств актера, когда упражнения становятся средством познания своих возможностей при решении двигательной задачи, имеющей свое оправдание и внутренний импульс.

Упражнения:

- на развитие чувства равновесия (Повышение чувствительности вестибулярного аппарата, обострение чувства равновесия и повышение устойчивости тела);

- чувства пространства;

- чувства инерции движения;

- чувства формы;

- чувства партнера.

Занятия по данным темам (тренинг) должны производиться на протяжении всего периода обучения.

**Тема 5. Сценическая акробатика**

Задачи:

– освоение акробатических навыков и развитие комплекса психофизических качеств, когда акробатический навык трансформируется из спортивного в сценический и исполнение его предполагает свою причинно- следственную связь;

- способствовать воспитанию решимости, необходимой в сильных кульминационных местах роли; дать опыт партнерства в экстремальных ситуациях; расширить динамический диапазон движений актера; повысить ориентировку в пространстве и времени; приобрести ряд прикладных умений и навыков.

Упражнения:

– подготовительные упражнения;

- индивидуальная акробатика (освоение основных элементов индивидуальной акробатики: упражнения в балансировании, шпагаты, мосты, упоры, стойки, перекаты, кувырки, перекидки, перевороты колесом);

- парная акробатика (освоение основных элементов парной акробатики: поддержки, седы, стойки, кувырки );

- акробатические композиции и вариации (элементы эксцентрической акробатики; акробатические комбинации и фразы; этюды с использованием элементов акробатики).

**Тема 6. Сценические падения**

Задача - освоение техники падений, развитие способности управлять мышечным напряжением и расслаблением, инерцией движения, контролировать процесс движения, вызванного потерей равновесия.

Упражнения по освоению основных биомеханических принципов различных схем сценических падений:

– подготовительные упражнения к пассивным падениям – например, падения из положения сидя, стоя на коленях, пассивные падения из положения стоя в различных направлениях; к активным падениям – приемы страховки, активные падения в различных направлениях;

- падения на полу;

- падения через препятствия;

- падения с предметом в руках;

- падения во взаимодействии с партнером;

- цепочка падений в декорации;

- оригинальные и трюковые падения.

**Тема 7. Взаимодействие с предметом**

Развивается целый комплекс задач, начиная с координации движения и заканчивая ловкостью в движениях. На заключительном этапе работы на основе полученных навыков учащиеся выполняют импровизированную игру с предметом.

Упражнения, дающие навыки мастерского обращения с предметами, базирующиеся на высоком уровне координации движений и на точном учете пространства и времени; упражнения, развивающие фантазию и находчивость актера при обыгрывании предмета в сценическом действии.

Постижение основ взаимодействия с предметом – освоение «классических» техник законов, принципов: элементы жонглирования, манипуляции и балансирования – работа с традиционным цирковым и гимнастическим реквизитом.

Упражнения:

– с мячом;

- с гимнастической палкой, тростью;

- со скакалкой, веревкой

- со стулом, столом;

- с гимнастическим обручем;

- с плащом;

- с предметом по выбору учащегося.

**Тема 8. Взаимодействие с партнером**

Задача – развитие способности видеть, чувствовать, понимать и контролировать движения партнера с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей в соответствии с задачей, постановленной в данном упражнении.

Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации, требующие согласования движений во времени и в пространстве в соответствии с движениями и действиями партнеров или согласования с партнером характера и стилистки движений.

Упражнения:

– гимнастические;

- акробатические;

- на сопротивление и борьбу;

- с предметами;

- на бесконтактное взаимодействие и распределение в пространстве;

- композиция, импровизация.

**Тема 9. Специальные навыки сценического движения**

Освоение тех действий, которые не могут быть выполнены на сцене в бытовом, житейском варианте, т.к. имеют свою специфику при переносе их на сцену. Например, «иллюзия, что один бьет другого, дает пощечину, падает, спотыкается...» (К.С.Станиславский).

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

Задачи:

- при освоении навыка выявить то качество, которое недостаточно хорошо развито или плохо используется;

- наметить перспективу перехода от навыка движения к осмысленному действию.

Упражнения:

- распределение движения в сценическом пространстве;

- различные способы преодоления препятствий;

- различные способы переноски актера (партнера);

- реакция и развитие движения после толчка, броска, удара и других сигналов;

- трюковая пластика.

**Тема 10. Сценический бой без оружия**

Задача – освоение навыков сценической борьбы и драки, а также проверка способности использовать приобретенные навыки в острой, конфликтной ситуации физического противодействия.

Отработка навыков борьбы между двумя или несколькими персонажами, освоение техники приемов защиты и нападения без оружия для создания у зрителя впечатления рукопашной схватки. Освоение биомеханики сценических ударов, обеспечивающей их зрительную достоверность и безопасность.

Упражнения:

– техника нанесения и приема удар;

- техника защиты и озвучивания ударов;

- принципы построения и исполнения сценической драки;

- драка с использованием предметов;

- жанр и стиль в сценической драке.

**Тема 11. Время, пространство, темпо-ритм**

Задача – развитие чувства ритма в движении и способности сохранять и изменять заданный темпо-ритм, точно понимая его составляющие.

Упражнения:

- понятие темпо-движения в разных скоростях;

- понятие чувства времени – распределение движения во времени;

- понятие ритма – движение в ритмических рисунках.

**Тема 12. Движение и речь**

Задача – развитие способностей свободно и уверенно соединять движение и речь при выполнении активной задачи в действии.

Упражнения:

- дыхание и звучание в активной позиции;

- перераспределение мышечного напряжения для обеспечения дыхания и звучания в движении и статистике;

- соединение непрерывности движения;

- звуковой посыл как продолжение действия;

- чередование и соединение движения и слова.

**Тема 13. Особенности стилевого поведения и правила этикета,**

**принятые в европейском и русском обществе XVI – XIX вв. и в начале ХХ столетия**

1. Особенности поведения русского боярства XVI – XVII вв.

2. Особенности стилевого поведения западноевропейского общества XVI

– XVII в.:

а) общие сведения;

б) костюм;

в) осанки и походки;

г) оружие;

д) большой плащ, широкополая шляпа, веер;

е) поклоны;

ж) этикет и хороший тон в приветствиях, беседе, во время еды, в музыке, танцах и пении;

З) правила вызова на дуэль, церемония обетов и клятв.

3. Стилевые особенности в проведении европейского общества XVII в.:

а) особенности костюма;

б) осанка и походка;

в) обращение с треуголкой, веером, тростью;

г) лорнет

д) табакерка;

е) платок, кошелек.

4. Стилевые особенности в поведении русского и западно-европейского общества XIX – XX вв.:

а) костюм, аксессуары костюма и обращение с ним;

б) манеры, хороший тон в поведении за столом, при курении, на балу;

в) как приготовить карточный стол;

г) пластика русского офицера, светского мужчины, светской дамы, русской барышни, чиновника;

д) обязанности и поведение домашней прислуги.

5. Этюды.

6. Импровизация.

7. Этюды-задания совместно с педагогами по предмету «Основы актерского мастерства».

**Тема 14. Работа над этюдами**

Задача – проверка готовности актера использовать знания и умения, приобретенные на уроках сценического движения, при решении творческой задачи.

Понятие пластического этюда на уроках сценического движения:

- этюды на заданную тему, музыку, ситуацию;

- эксцентрический этюд;

- этюды на основе драматургии.