

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Рахаев Анатолий Измаилович
Должность: И. о. Ректора
Дата подписания: 05.09.2025 13:05:49
Уникальный программный ключ:
b049feef759df6f58f67585b9bb2502ddf293921

Министерство культуры Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Северо-Кавказский государственный институт искусств
Театральный факультет
Кафедра актерского мастерства

Утверждаю
Проректор по учебной работе
профессор
_____ М.М.Ахмедагаев
«26» августа 2025 г.

Основы сценического движения

Специальность
52.05.01 Актерское искусство

Специализация
Артист драматического театра и кино

Уровень высшего образования
Специалитет

Квалификация:
Артист драматического театра и кино

Форма обучения - **очная**
Нормативный срок обучения – **4 года**

Нальчик
2025г.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель предмета «Основы сценического движения» - научить студентов через осознанную работу с телом прийти к целостному включению личности в эмоциональное креативное действие. Изучение психофизического состояния и опорно-двигательного аппарата студента; выразительных средств сценического действия, развитие общей пластичности студентов; подготовительно-тренировочный раздел и раздел специальных сценических навыков; воспитание умения действовать в условиях технологически сложного двигательного навыка; выработка обостренного внимания к партнеру, ориентации в пространстве, повышение координации движений при увеличении объектов внимания; развитие логического мышления; расширение динамического диапазона движений актеров, опыт партнерства в экстремальных ситуациях, повышение ориентировки в пространстве и времени.

- обучение будущих актеров навыкам специальной техники движений, применяемых в условиях сценической жизни персонажа, а также упражнениям, тренирующим двигательный аппарат в целом, и отдельные группы мышц;
- устранение недостатков физического развития студентов;
- совершенствование их естественных бытовых движений, достижение максимальной выразительности жеста.

Задачи:

Совершенствование актерской пластики- обучение сознательному управлению движениями тела, участвующими в выполнении того или иного физического действия; приобретение опыта простейших приемов обращения с предметами - метание, ловля, переноски, вращение и баланс предмета; развитие фантазии и изобретательности в области движения, творческой инициативы, умение использовать приобретенные знания и навыки в профессиональной работе.

- тренировка пластической выразительности своего тела;
- тренинг психологических навыков сценического поведения;
- воспитание чувства времени и пространства, освоение действенного жеста;
- воспитание творческого мышления, наблюдательности, фантазии, изобретательности и творческой инициативы в области движения;
- освоение практических навыков и умений гармонично соединять движение с пением в медленных и подвижных хороводах, плясовых, подтанцовках;
- развитие воображения, сценического внимания и умения обращаться с партнерами;
- умение существовать в сценическом пространстве в определенном темпоритме.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Блок 1. Дисциплины (модуля)

Пластическое воспитание: Б1. 15-1 Основы сценического движения.

Предмет «Основы сценического движения» непрерывно связан с другими предметами цикла с целью формирования целостной художественно-творческой личности. Данная дисциплина призвана раскрыть и расширить творческий потенциал актера.

Важнейшей стороной мастерства актера является гармоническое единство внутренней и внешней техники. Это во многом зависит от уровня общей пластической культуры, наличия активного запаса сценических навыков, которыми актер умеет свободно пользоваться.

Существует целый ряд специальных навыков, необходимых для исполнения различных ролей, но совершенно незнакомых нам по повседневной жизненной практике, таких как: приемы безопасной техники сценической борьбы, разные способы сценических падений и переносок, сценическое фехтование и стилевое поведение в разные исторические эпохи. Актеру необходимо умение пользоваться историческим костюмом, отдельными его элементами, такими как плащ, платье, шляпа, цилиндр и др., а также предметами обихода — тростью, шпагой, веером и др. Этой техникой актер должен владеть свободно, выполняя приемы так же легко, как это сделал бы его герой.

Систематическая работа по совершенствованию телесного аппарата всегда играет важную роль — не только техническую, но и воспитательную, она дисциплинирует, прививает трудолюбие, развивает силу воли, формирует чувство ответственности за себя и партнера.

3. Требования к уровню освоения содержания дисциплины.

Дисциплина направлена на формирование у студента:

Универсальных компетенций

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)

Профессиональных компетенций

Способен применить сценическую пластику, использовать свой развитый телесный аппарат при создании и исполнении роли. (ПК-4)

В результате освоения дисциплины студент должен:

знать: методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и

профессиональной деятельности; социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; теоретические основы жизнедеятельности в системе «человек – среда обитания»; правовые, нормативные и организационные основы безопасности жизнедеятельности; основы физиологии человека и рациональные условия его деятельности; анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; современный комплекс проблем безопасности человека; средства и методы повышения безопасности; концепцию и стратегию национальной безопасности; особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке; манеры и этикет основных культурно-исторических эпох; правила безопасности при выполнении травмоопасных заданий на сцене и на съемочной площадке; **уметь:** организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу

жизни; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимости принимать участие в проведении спасательных и других неотложных работах при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; настраивать свой психофизический аппарат и управлять им в соответствии с особенностями работы над ролью, самостоятельно поддерживать физическую форму; выполнять базовые элементы индивидуальной и парной акробатики, сценического боя и фехтования.

владеть: опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием; способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимым представлениями о здоровом образе жизни; методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма. методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и

семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; умениями и навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим; основами сценического движения, акробатики, приемами сценического фехтования, техникой сценического боя; техникой безопасности в решении творческих задач средствами пластики.

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины, виды учебной деятельности и отчетности Общая трудоемкость дисциплины (включая контактную работу) включает в себя аудиторную (учебную), самостоятельную работу, а также виды текущей и промежуточной организации.

Трудоемкость дисциплины составляет 4 з.ед., 144 часов, практических 70 часов, 74 ч. самостоятельной работы, текущая аттестация III семестр - зачеты, промежуточная аттестация IV семестр - экзамен,

Вид учебной работы	Зачетные единицы	Количество академических часов	Формы контроля (по семестрам)	
			Зачет	Экзамен
<i>Очная форма обучения</i>				
Общая трудоемкость	4	144	3	4
Аудиторные занятия		70		
Самостоятельная работа*		74		
* В том числе экзамены: очная форма-36				

4.2 Содержание дисциплины, формы текущего, промежуточного, итогового контроля.

№ п/п	Раздел дисциплины	семестр	Виды учебной работы, СР		Формы текущего контроля
Б.1.В.08-1 «Основы сценического движения»					
1	Раздел: Взаимодействие Взаимодействие с партнером и в группе. Упражнения, базирующиеся на согласовании движения партнеров. Упражнения на доверие, при которых глаза одного из партнеров закрыты. Игры, в которых имеет место активное единоборство,	1	18		-

	<p>столкновение сторон. Упражнения на групповые перемещения на площадке. Групповые импровизации на предложенные одним из участников движения с сохранением ритма, темпа, энергетики, диапазона, характера, стилистики, предложенного движения.</p>				
2	<p>Раздел: Специальные сценические навыки. Различные способы передвижения и преодоления препятствий. Упражнения, совершенствующие биомеханику основных локомоторных движений. Ходьба: Биомеханика правильной походки; Ходьба в различных сочетаниях пространства и времени Бег: Разные виды бега; разные характеры бега. Прыжки: В длину, высоту, глубину, через препятствие (опорные и безопорные) Различные приемы лазания, ползания, подлезания. Трансформации походки. Различные характеры походки. Передвижения в различных предлагаемых обстоятельствах.</p>		18		контрольный урок
3	<p>Раздел: Специальные сценические навыки. Переноска партнера. Отработка различных способов переносок партнера в различных сценических обстоятельствах. Подъем партнера с пола, опускание партнера на пол, сбрасывание партнера на пол, перетаскивание партнера, переноска партнера на руках, на спине, на обоих плечах. Переноски двумя или несколькими партнерами одного: бытовые, ритуальные. Сценическое падение Упражнения по освоению основных биомеханических принципов различных схем сценических падений.</p>	2	34		Зачет

	<p>Пассивные падения: Подготовительные упражнения к пассивным падениям - например - падение из положения сидя, стоя на коленях, падения из положения стоя в различных направлениях.</p> <p>Активные падения: подготовительные упражнения к активным падениям, приемы самостраховки, активные падения в различные падения в различных направлениях.</p> <p>Трюковые падения: Падения с партнером на руках, на плечах, с лестницы и т.д.</p>				
	Итого:		70	74	Экзамен

Промежуточный контроль - экзамен.

Содержание дисциплины.

Раздел 1. Движение как основа жизнедеятельности человека.

Тема 1. Основы пластического воспитания:

- способы достижения и сохранения психического и физического здоровья на примере культуры тела в исторических традициях Востока и Запада.
- основы физиологии человеческого организма.
- основы биомеханики движения. Принципы театральной биомеханики, основывающиеся на неразрывной связи внешнего воздействия окружающей среды и психофизического состояния человека.

Тема 2. Комплекс общеразвивающих и корректирующих упражнений, направлены на развитие подвижности, координации движений, на исправление осанки и походки.

- Подвижность включает в себя следующие компоненты: гибкость (подвижность в суставах) и растяжимость (связок). Гибкость определяется как свойство суставов; растяжимость - как функциональное качество мускулатуры и сухожилий. Хорошая подвижность характеризуется возможностью выполнения большого объема движения.
- Координация - способность согласовывать движения различных звеньев тела, соизмеряя их во времени и пространстве, сохраняя статическое или динамическое равновесие, сочетая напряжение и расслабление работающих мышц.

- Коррекция осанки и походки.

Тема 3. Основы ритмики. Овладение психофизическим тренингом

Тема 4. Организационно-пространственные упражнения

Тема 5. Учебно-тренировочная работа.

Изучение упражнений, дающих ритмические навыки, понятие ритма, музыкального размера.

Раздел 2. Формирование специальных двигательных навыков

Тема 1. Рече-двигательная и вокально-двигательная координация:

- соединение дыхания и движения;
- соединение речи и движения;
- соединение речи, движения и музыки.

Тема 2. Основы композиции:

- построения-перестроения в различные геометрические фигуры;
- работа с партнером: «Тень»; «Зеркало»;
- построение пластической формы (статичной композиции, имеющей смысловое значение); построение пластической фразы (ряда движений, имеющего смысловое значение).

Тема 3. Акробатические упражнения:

- сохранение равновесия (конструирование множества позиций, когда точкой опоры, поддерживающей равновесие тела, могут стать, обе ноги, одна нога, одно плечо, одна рука, палец руки, пятка или любая другая точка тела;
- падения;
- прыжки;
- кувырки;
- поддержки;
- переноски.

Тема 4. Основы пантомимы:

- «волновая» техника;
- техника «стены»;
- пантомимические походки;
- иллюзии силы, веса;
- иллюзия скорости (управление скоростью движения, игра скоростями, способность к взрывной реакции;
- мягкое и быстрое торможение, управление процессом изменения действия).

Тема 5. Работа с предметом:

- жонглирование однородными и разнородными предметами;
- работа с плащом, шляпой, цилиндром, веером, тростью и др. (при изучении стилового поведения);
- шестом, палкой, шпагой (при изучении сценического боя).

Тема 6. Приемы сценической борьбы без оружия:

- кистевые, локтевые удары;
- удары от плеча;
- круговые удары;
- отработка проходящих защит;
- классическая стойка и передвижение в пространстве.
- броски (не менее 6 разновидностей)
- захваты и освобождение от захватов(не менее 6 разновидностей)

Тема 7. Особенности стилового поведения и правила этикета:

- западноевропейское общество XVI - XVII вв.;
- европейское общество XVIII в.;
- европейское общество XIX в.;

Раздел 3. Практическое применение полученных знаний при создании этюдов, миниатюр, композиций в формах:

Тема 1. Драматического театра;

Тема 2. Музыкального театра.

5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины.

Любое физическое действие - цепь взаимосвязанных между собой физических движений, то есть большая пластическая фраза. Важно, чтобы физическое действие было осознанным, выполнялось правильно и, главное - не вредило здоровью.

Существует несколько правил, которых необходимо придерживаться при составлении комплексов упражнений для каждого занятия: при постановке учебных целей и задач необходимо помнить: главная задача - не навредить здоровью обучающихся;

- сложность упражнений должна быть соразмерна возрасту и уровню развития обучающихся;
- должно учитываться состояние здоровья каждого обучающегося, при необходимости должна быть проведена консультация с врачом;
- комплекс должен начинаться с более простых подготовительных упражнений и заканчиваться упражнениями на релаксацию (расслабление и восстановление);
- комплекс должен отличаться от урока физкультуры сочетанием

физических упражнений и упражнений на воображение, т.е. содержать в себе творческие манки;

- упражнения должны быть понятны для обучающихся и выполняться осознанно.

Существует необходимость познавать природу ученика, создавать атмосферу свободы, доверия и доброжелательства, ни в коем случае не навязывая своих взглядов и принципов. Только в этих условиях ярче раскрывается будущий актер, его склонность к творчеству, оригинальному мышлению и видению. Творческие контакты помогают и преподавателю совершенствовать свою методику, а самостоятельные работы учеников нередко дают ему повод к новым размышлениям.

6. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.

С учетом индивидуальности студента педагог рекомендует упражнения для самостоятельной тренировки: упражнения на исправления недостатков в физическом развитии, отработка пройденного материала, разработка этюдов и комбинаций.

Одним из решающих условий качественного обучения студентов является их активная работа на занятиях.

В учебном процессе по любому «движенческому» предмету студенческую группу следует организовать так, чтобы было удобно управлять, быстро перестраивать и располагать ее в помещении. Поэтому упражнения этого раздела направлены на формирование создания единого коллектива, на ощущение партнера и пространства.

Необходимо изучение упражнений, дающих ритмические навыки, понятие ритма, музыкального размера.

7. Фонды оценочных средств.

В СКГИИ практикуется пятибалльная система оценки успеваемости обучающихся, которая позволяет преподавателю, как единовременно, так и накопительно, оценить уровень освоения материала обучающимися.

Системы оценки качества знаний:

На кафедре актерского мастерства приняты следующие системы оценки:

- пятибалльная;
- «зачтено» - «не зачтено»;

5 баллов (отлично) - творческие работы (этюды и актерские отрывки, режиссерская экспликация) выполнены на высоком художественном уровне с применением основных выразительных средств, которые отражают восприятие и видение поставленных задач студентом и вызывают адекватную эмоциональную реакцию зрителей. В практических формах умение использовать свой развитый телесный аппарат, уметь координировать движение, пластичность, гибкость, выразительность. Умение пользоваться

навыками специальной техники движения применяемых в условиях сценической жизни персонажа. Студент соответствует полному знанию и отличному владению навыками соответствующей темы (тем) курса обучения, с учётом вышеперечисленных критериев.

4 балла (хорошо) - в практических формах работы студент недостаточно умеет использовать свой телесный аппарат. Обучающийся имеет достаточные навыки работы на сценической площадке с небольшим количеством недоработок и с учётом вышеперечисленных критериев.

3 балла (удовлетворительно) - практические работы выполнены с нарушениями нормативных сроков и технологических требований, они маловыразительны и не вызывают художественного восприятия. В практических формах, охватив содержание всего учебного материала, студент имеет существенные пробелы в навыках, слабо владеет телесным аппаратом, имеются проблемы в технике движения применяемых в условиях сценической жизни препятствующих цельности усвоения дисциплины

2 балла (неудовлетворительно) - невыполнение практических заданий, неусвоение методологических основ специальности, отсутствие навыков воплощения конкретных практических задач. Неумение использовать свой развитой телесный аппарат, не уметь координировать движение, пластичность, гибкость, выразительность, неумение пользоваться навыками специальной техники движения применяемых в условиях сценической жизни персонажа.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Список литературы:

1. Закиров А.З. Семь уроков сценического движения. - М., 2009.
2. Каминский М.В. Мороз В.Н. Основы сценического движения. М.: 2004
3. Карпов Н.В. Уроки сценического движения. - СПб.: Сова, 2000.
1. Андрачников С.Г. Сценическая пластика: Учеб.пособие. М. 1990
2. Дюпре В. Как стать актером. - Ростов н/Д: Феникс, 2007
4. Карпов Н.В. Уроки сценического движения. - СПб.: Сова, 2000.
5. Кох И.Э. Основы сценического движения. Издательство: Планета музыки, Лань, 2010.
6. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. 2 - изд., испр. - СПб.: Лань, 2011.
7. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Сценическое фехтование: Техника ведения боев, пластика движений и батальная режиссура. Учебное пособие для вузов. - М.:Академ. Проспект, 2011.
8. Сохо Т., Мусаси М. Книга самурая. -М.: Изд. «Евразия» 2008.
9. Волконский С. Выразительный человек: сценическое воспитание жеста (по Дельсону). - 2-е изд., испр.- СПб.: Лань, 2012. Ю.Немеровский А. Пластическая выразительность актера. М.: «ГИТИС»

2010.

11 .<http://biblioteka.teatr-obraz.ru/node/6574>

12. <http://pmatsuk.narod.ru/teatr-knigi.html>

13.Маркова Е. В. Уроки пантомимы: Учеб. пособие. – СПб.: Планета музыки,1912

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также для самостоятельной работы.

Учебно-методические материалы – учебники, методические пособия, спортивный инвентарь средство обучения – учебные фильмы.

Рабочая программа составлена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО)

Программа одобрена на заседании кафедры Актерского мастерства

от 28 июня 2025 года, протокол №10

Заведующий кафедрой, профессор

Балкарова Т.Б.

Разработчик: преподаватель

Джашеев А.К