**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»**

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

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

Специальность: 52.05.01 Актерское искусство

Специализация: Артист драматического театра и кино

Квалификация: Артист драматического театра и кино

Форма обучения: очная, заочная

Оглавление

[1. Введение](#_Toc1491206)

[2. Формы самостоятельной работы обучающихся](#_Toc1491207)

[3. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся](#_Toc1491208)

[3.1 Общие рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся](#_Toc1491209)

[3.2 Методические рекомендации для студентов](#_Toc1491210)

[по отдельным формам самостоятельной работы](#_Toc1491211)

[4. Оценка самостоятельной работы](#_Toc1491212)

5. Словарь ……………………………………………………………………………………

**1. Введение**

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

Основными признаками самостоятельной работы студентов принято считать:

- наличие познавательной или практической задачи, проблемного вопроса или задачи и особого времени на их выполнение, решение;

- проявление умственного напряжения мысли обучаемых для правильного и наилучшего выполнения того или иного действия;

- проявление сознательности, самостоятельности и активности студентов в процессе решения поставленных задач;

- владение навыками самостоятельной работы;

- осуществление управления и самоуправления самостоятельной познавательной и практической деятельностью студентов.

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

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

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

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

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

***Общие рекомендации по проведению занятий***

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

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

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

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

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

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

*Правила поведения студентов:*

 студенты должны способствовать тщательному анализу разнообразных проблем, признавая, что уважение к каждому человеку и терпимость – это основные ценности, которые должны быть дороги всем людям;

 способствовать и воодушевлять на поиск неординарных творческих решений;

 распространять идеал терпимости к точкам зрения других людей, способствуя поиску общих ценностей, принимая различия, которые существуют между людьми.

 внимательно слушать своих оппонентов и постараться сделать все, чтобы не искажать их слова во время дебатов.

 язык и жесты, используемые обучающимися, должны отражать их уважение к другим.

*Этика преподавателя* включает следующие моменты:

 преподаватель должен способствовать личному вкладу студентов и свободному обмену мнениями при проведении и обсуждении упражнений и этюдов в процессе обучения;

 преподаватель должен обеспечить дружескую атмосферу для студентов и проявлять положительную и стимулирующую ответную реакцию;

 преподаватель должен облегчать подготовку к занятиям, но не должен сам придумывать и выполнять задания (даже в качестве примеров);

 преподаватель должен подчеркивать образовательные, а не соревновательные цели студентов;

 преподаватель должен обеспечить отношения между собой и студентами, они должны основываться на взаимном доверии.

 преподаватель должен провоцировать интерес, затрагивая значимые для студентов проблемы;

 стимулировать исследовательскую работу;

 заранее подготовить вопросы, которые можно было бы ставить на обсуждение по ходу занятия, чтобы не дать погаснуть дискуссии, обсуждению;

 не допускать ухода за рамки обсуждаемой проблемы;

 обеспечить широкое вовлечение в разговор как можно большего количества студентов, а лучше — всех;

 не оставлять без внимания ни одного неверного суждения, но не давать сразу же правильный ответ; к этому следует подключать учащихся, своевременно организуя их критическую оценку;

 не торопиться самому отвечать на вопросы, касающиеся материала занятия такие вопросы следует переадресовывать аудитории;

 следить за тем, чтобы объектом критики являлось мнение, а не участник, выразивший его.

 проанализировать и оценить проведенное занятие, подвести итоги, результаты. Для этого надо сопоставить сформулированную в начале занятия цель с полученными результатами, сделать выводы, вынести решения, оценить результаты, выявить их положительные и отрицательные стороны.

 помочь участникам занятия прийти к согласованному мнению, чего можно достичь путем внимательного выслушивания различных толкований, поиска общих тенденций для принятия решений.

 принять групповое решение совместно с участниками. При этом следует подчеркнуть важность разнообразных позиций и подходов.

 в заключительном слове подвести группу к конструктивным выводам, имеющим познавательное и практическое значение.

 добиться чувства удовлетворения у большинства участников, т.е. поблагодарить всех студентов за активную работу, выделить тех, кто помог в решении проблемы.

 показать высокий профессионализм, хорошее знание материала в рамках учебной программы;

 обладать речевой культурой и, в частности, свободным и грамотным владением профессиональной терминологией;

 проявлять коммуникабельность, а точнее — коммуникативные умения, позволяющие преподавателю найти подход к каждому студенту, заинтересованно и внимательно выслушать каждого, быть естественным, найти необходимые методы воздействия на учащихся, проявить требовательность, соблюдая при этом педагогический такт;

 обеспечить быстроту реакции;

 способность лидировать;

 умение вести диалог;

 иметь прогностические способности, позволяющие заранее предусмотреть все трудности в усвоении материала, а также спрогнозировать ход и результаты педагогического воздействия, предвидеть последствия своих действий;

 уметь владеть собой

 умение быть объективным.

**2. ФОРМЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Темы  Дисциплины в соответствии с разделом 4 рабочей программы дисциплины | Форма самостоятельной работы |
|  | Вводное занятие. Правила проведения упражнений. Техника безопасности | Подготовка к  входному контролю |
|  | «Воспитание тела» в процессе обучения мастерства актера. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Основные этапы развития пластики в театре и задачи воспитания актера. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Пластическая культура актера драматического театра | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Пластическая культура и пластическая выразительность: общность и отличие. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Пластическая выразительность как комплекс специальных навыков и умений артиста, как способ художественного воплощения образа роли, как внутренняя смысловая необходимости исполнителя | Подготовка к   Межсессионному рубежному контролю |
|  | Пластический рисунок роли: что это такое? | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Пластика как выражение содержания художественного образа драматургии | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Действенность и логика пластики | Подготовка к   текущему контролю |
|  |  | Подготовка к промежуточной  аттестации |
|  | Тело, голос и ритмопластичность актера. | Подготовка к  входному контролю |
|  | Визуальные форм воздействия на зрителя актера драматического театра. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Основные тенденции пластического воспитания актера Вс. Мейерхольда | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Закон контраста (движение и статика при построении мизансцен | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Закон зависимости эмоций от тела | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Правила выразительного движения на сцене: отказ, посыл, тормоз. | Подготовка к   Межсессионному рубежному контролю |
|  | «Идея куклы» как идеального исполнителя Эдварда Гордон Крэга | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Эксперименты со сценическим пространством, освещением для поиска пластической выразительности актера. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Символизм, и символика как художественное средство актера. | Подготовка к   текущему контролю |
|  |  | Подготовка к промежуточной  аттестации |
|  | «Mimepur» ЭтьенаДекру | Подготовка к  входному контролю |
|  | Техника идентификации человека и объекта | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Теоретия сценического искусства и телесная выразительность  Франсуа Дельсарта | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Язык тела. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Эмоциональное выражение через жест и голос. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Принципы движения и основы выражений в движении. | Подготовка к   Межсессионному рубежному контролю |
|  | Выразительные жесты. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Последовательность, параллельность, противоположность | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Выразительность движений как соответствие силы и скорости их эмоциональному содержанию. | Подготовка к   текущему контролю |
|  |  | Подготовка к промежуточной  аттестации |
|  | Эмиль Жак Далькроз и «ритмическая гимнастика» | Подготовка к  входному контролю |
|  | Чувство ритма. Чувство времени. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Развитие координации между нервной и мускульной деятельностью человека | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Автоматизм сложных движений | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Движение рук, шаги, бег и прыжки при выполнении ритмических рисунков | Подготовка к   текущему контролю |
|  | «Театр аутентичного жеста» Рудольф фон Лабан | Подготовка к   Межсессионному рубежному контролю |
|  | Способ записи танцевальных движений | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Тело; Усилие (Энергетическая динамика) | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Форма; Пространство | Подготовка к   текущему контролю |
|  |  | Подготовка к промежуточной  аттестации |
|  | Психологический жест М.А.Чехова | Подготовка к  входному контролю |
|  | Атмосфера. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Жест. Психологический жест (ПЖ). | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Пластика и кинетика Е. Гротовского | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Идеальный актер Е.Гротовского | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Эмоция и тело | Подготовка к   Межсессионному рубежному контролю |
|  | Актер и ритуал | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Игра с пространством. Идеограммы | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Театральная антропология Э. Барбы как «живое тело» | Подготовка к   текущему контролю |
|  |  | Подготовка к промежуточной  аттестации |
|  | Физическая и ментальная энергия актера | Подготовка к  входному контролю |
|  | Акробатические, гимнастические и балетные упражнения, миме, хатха-йога. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | «Танец баланса» как основополагающий принцип актерского существования. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | . Источники энергии и способы управления энергией. | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Сценическое тело-сознание | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Партитура движения. | Подготовка к   Межсессионному рубежному контролю |
|  | Тренинг как беспрерывный процесс | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Восточная гимнастика | Подготовка к   текущему контролю |
|  | Практики йоги в исполнительском искусстве драмы | Подготовка к   текущему контролю |
|  |  | Подготовка к промежуточной  аттестации |

**Формы самостоятельной работы:**

• Ознакомление и работа с ЭБС «Znanivm. Com».

• Подготовка к практическому занятию; упражнения тренинга

• Подготовка к презентации проведения практического занятия (реставрация упражнений, парная импровизация, групповая импровизация)

• Подготовка к проведению семинара-конференции,

• Подготовка к проведению контрольной работы,

• Подготовка к проведению письменному опросу,

• Подготовка к обсуждению презентаций студентов,

• Подготовка к тестированию

• Подготовка к индивидуальному собеседованию с преподавателем

1. **Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**
   1. **Общие рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**

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

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

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

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

**3.2 Методические рекомендации для студентов**

**по отдельным формам самостоятельной работы**

Место и роль пластики в подготовке актера

В творческом дневнике дать развернутые ответы на следующие вопросы:

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

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

Пластическая культура и пластическая выразительность

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

Основные структурные образующие элементы пластической выразительности актера драматического театра

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

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

Основные тенденции пластического воспитания актера Вс. Мейерхольда

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

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

«Идея куклы» как идеального исполнителя Эдварда Гордон Крэга

Прочитайте раздел «Об искусстве театра» в книге: Крэг Э.Г. Воспоминания, статьи, письма. - М.: Искусство, 1988. -399 с. В дневнике дайте ответ об артисте театра будущего и

сверхмарионетке. Приведите примеры экспериментов автора со сценическим пространством, освещением для поиска пластической выразительности актера.

«Mime pur» Этьена Декру

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

Теоретия сценического искусства и телесная выразительность Франсуа Дельсарта

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

Эмиль Жак Далькроз и «ритмическая гимнастика»

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

«Театр аутентичного жеста» Рудольф фон Лабан

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

Психологический жест М.А.Чехова

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

-Составьте тренинг в терминах М. Чехова.

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

Пластика и кинетика Е. Гротовского

Найдите видео с тренингами Гратовского; посмотрите спектакли мастера.

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

Театральная антропология Э. Барбы как «живое тело»

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

Танцевальные тенденции в пластике театрального актера

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

Восточная гимнастика

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

Практики йоги в исполнительском искусстве драмы

Напишите реферат на тему: История развития и философия йоги.

МР составлены в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 52.05.01 «Актерское искусство»

профиль подготовки «Артист драматического театра и кино»

Автор (ы): Жуков С.Ю., доцент