

Міністерство освіти і науки України
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Навчально-науковий інститут мистецтв
Кафедра сценічного мистецтва і хореографії

**Методичні рекомендації
до самостійної роботи студентів
з дисципліни
«Тренінг»**

Освітньо- професійна програма «Сценічне мистецтво»
першого (бакалаврського) рівня

за спеціальністю 026 Сценічне мистецтво
галузі знань 02 Культура і мистецтво

Затверджено на засіданні кафедри
сценічного мистецтва і хореографії.
Протокол № 9 від «18» жовтня 2023 р.

Івано-Франківськ – 2024 рік

Методичні рекомендації до самостійної роботи для студентів за спеціальністю 026 Сценічне мистецтво

«18» жовтня 2023р. 26 с.

Розробник: ДОБРЯК Олександр – старший викладач кафедри сценічного мистецтва і хореографії

Методичні рекомендації затверджені на засіданні сценічного мистецтва і хореографії

Протокол № 9 від «18» жовтня 2023 р.

Завідувач кафедри _____ (Кукуруза Н. В.)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

«18» жовтня 2023 р.

Схвалено Навчально-методичною комісією Навчально-наукового інституту мистецтв.

Протокол від «12 » лютого 2024 р. №4

«12» лютого 2024 р.

Голова _____ (Макогін Г. В.)

© Добряк О.Я., 2024

УДК 378 : 792.2

Затверджено та рекомендовано до друку Вченою радою Навчально-наукового інституту мистецтв Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (протокол № 4 від 14 лютого 2024 р.)

Автори:

Добряк Олександр Якович, старший викладач кафедри сценічного мистецтва і хореографії

Рецензенти:

ПРОКОП'ЯК Віра Богданівна, доцентка кафедри сценічного мистецтва і хореографії Навчально-наукового інституту мистецтв, Прикарпатського національного університету ім. В.Стефаника, кандидатка мистецтвознавства

Добряк О.Я.

Методичні рекомендації до самостійної роботи студентів з дисципліни «Тренінг» освітнього рівня «бакалавр»: освітньо-професійна програма «Сценічне мистецтво», спеціальність 026 Сценічне мистецтво, галузі знань 02 Культура і мистецтво укладена відповідно до вимог підготовки фахівців, представлених у законодавчих і нормативних документах про вищу освіту. Івано-Франківськ, 2023. 26 с.

© Добряк О.Я. 2024 р.

© Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2024 р.

ЗМІСТ

1. Пояснювальна записка
2. Структурно-логічна схема дисципліни «Тренінг» (міждисциплінарні зв'язки)
3. Загальні методичні вказівки щодо організації навчання та самостійної роботи.
4. Програма навчальної дисципліни
5. Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи
6. Рекомендована література
7. Інформаційні ресурси

1. Пояснювальна записка

Зміст навчальної дисципліни. Навчальний предмет «Тренінг» є нормативною навчальною дисципліною циклу загальної підготовки спеціальності 026 «Сценічне мистецтво», яка вивчається впродовж двох семестрів першого року навчання, та забезпечує професійну підготовку студентів в оволодінні всіма виражальними засобами. Ідейний зміст твору розкривається сценічними засобами. Одним з найбільш важливих – є організація дії у просторі. Необхідно знаходити зовнішню форму існування дії, надати їй такої пластичної форми, яка найкращим чином розкрила б її внутрішню форму існування, її внутрішню суть. Діючи в часі та просторі, вступаючи у взаємодію один з одним і з матеріальним середовищем, артисти створюють особливий пластичний малюнок сценічного дійства, який повинен бути не випадковим, анархічним, а підкореним загальному задуму, повинен бути художньо цілісним. Таким чином, вміння вірно організувати тіло у просторі, здатність до мовнорухової координації, наявність рухових навичок, які формують елементарну пластичну грамотність, дозволяють артисту вирішувати складні творчі завдання

Мета. Метою викладання навчальної дисципліни «Тренінг» є розкриття творчих здібностей і розвиток психофізичних можливостей природного апарата студентів, виховання пластичної культури виконавця, набуття початкових вмінь підвищувати і творчо використовувати пластичну виразність виконавців; опанування професійними навиками сценічного існування у просторі і часі майбутніх виконавців, для творчої діяльності.

Завдання курсу «Тренінг»

- всебічний розвиток тіла шляхом різноманітних тренувань;
- усунення індивідуальних фізичних і психічних недоліків;
- розширення діапазону рухових можливостей;

- уміння вибудовувати пластичні фрази і діалог з партнером на основі набутих навичок;
- опанування здатності логічно, послідовно і самостійно вибудовувати конкретні дійові завдання;
- формування поведінки та навиків власного сценічного досвіду;
- формування здатності перевтілюватись і заповнювати новий простір різними простими і складними руховими імпровізаціями.

Вивчення дисципліни «Тренінг» сприяє формуванню у студента таких **компетентностей:**

Загальнонаукові компетентності:

- Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу;
- Здатність застосовувати фундаментальні знання у практичних ситуаціях;
- Здатність до критики й самокритики;
- Здатність до адаптації та дії в новій ситуації;
- Здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- Здатність виявляти, ставити і вирішувати проблеми;
- Здатність до автономної і командної роботи;
- Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями;
- Здатність оцінювати і забезпечувати якість виконаних робіт

Загально-професійні компетентності:

- Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

Фахові компетентності:

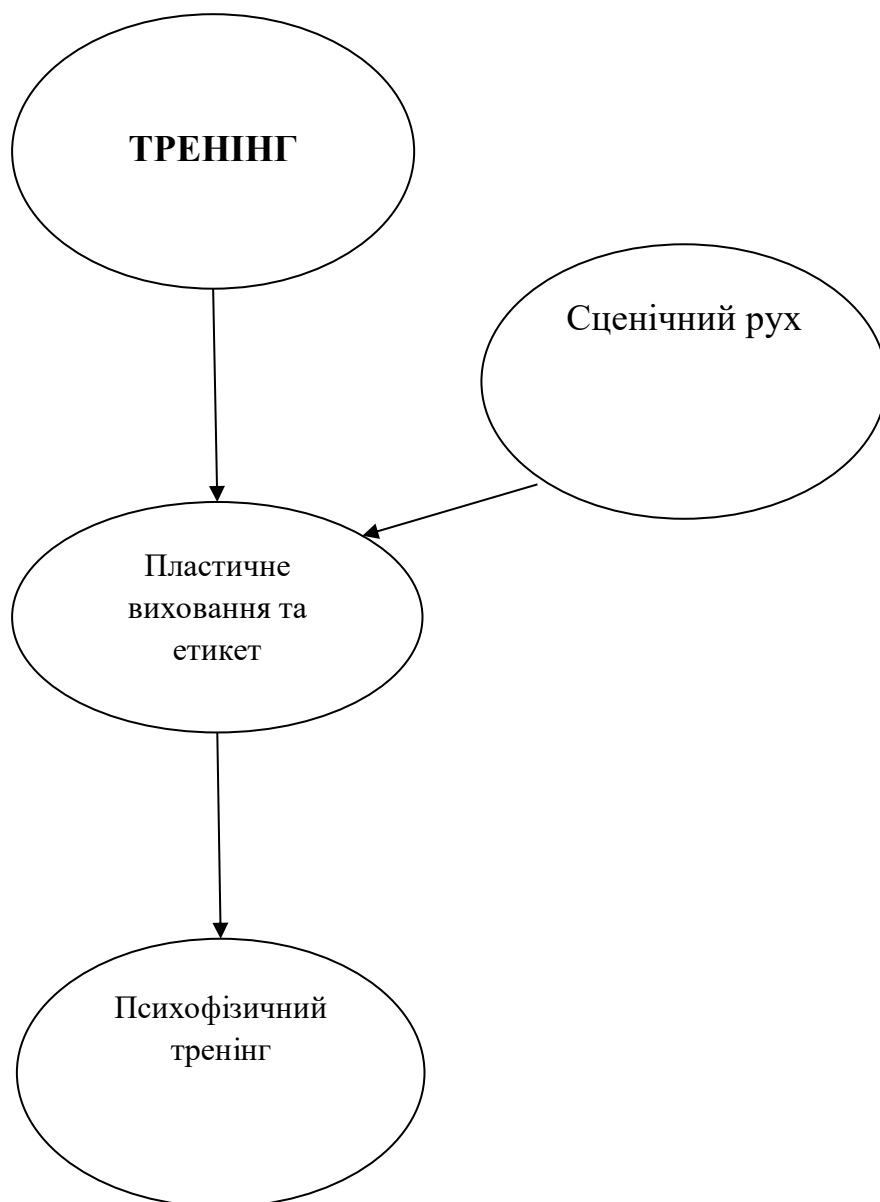
- Здатність генерувати задум і здійснювати розробку нової художньої ідеї та її втілення у творі сценічного мистецтва;

- Здатність до публічної презентації результату власної творчої (інтелектуальної) діяльності;
- Здатність до ефективної діяльності в колективі в процесі створення синтетичного за своєю природою сценічного твору, керівництва роботою і/або участі у складі творчої групи в процесі його підготовки;
- Здатність до вибору відповідних творчому задуму засобів мистецького (сценічного) висловлювання;
- Здатність оперувати новітніми інформаційними й цифровими технологіями в процесі реалізації художньої ідеї та осмислення творчого результату;
- Здатність до критичного аналізу, оцінки й синтезу нових складних ідей у творчо-виробничій сценічній діяльності.

2. Структурно-логічна схема навчальної дисципліни

«Тренінг»

(міждисциплінарні зв'язки)



3. Загальні методичні вказівки щодо організації навчання і самостійної роботи

ВСТУП

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати:

- теоретичні основи предмету «Тренінг»;
- правила техніки безпеки, а також основні методичні принципи роботи;
- праці науковців та практиків, які досліджували дану дисципліну.

вміти:

- досконало володіти всім комплексом виражальних засобів, що вивчаються в рамках дисципліни;
- керуватись у практичній діяльності основними елементами творчого самопочуття;
- здійснювати справжні, доцільні, органічні дії у запропонованих обставинах;
- користуватись у творчій роботі імпровізацією;
- творити в умовах колективної взаємодії

На засвоєння курсу «Тренінг» навчальним планом на 1 курсі відведено 90 годин.
З них аудиторних – 30 практичних годин, самостійної роботи – 60 годин.

4. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Інструктаж з техніки безпеки

Тема2. Тренінг розвиваючий

Тема 3. Тренінг пластичний

Тема 4. Сценічні падіння

Тема 5. Індивідуальна акробатика

Змістовий модуль 2.

Тема 1. Інструктаж з техніки безпеки

Тема2. Тренінг розвиваючий

Тема 3. Тренінг пластичний

Тема 4. Сценічні падіння

Тема 5. Індивідуальна акробатика

5. Методичні рекомендації до вивчення тем

та виконання самостійної роботи

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Інструктаж з техніки безпеки

На початку вивчення дисципліни студенту слід досконало вивчити техніку безпеки. Головні принципи роботи полягають у незаперечній дисципліні, що панує на занятті. Усі завдання відпрацьовуються чітко за командою викладача. При виконанні технічного завдання необхідно переконатися у підготовленості робочого простору – достатньо місця для виконання, за потреби, підготовлені пом'якшуючі мати, тощо...

Запитання для самоперевірки.

1. Перелічіть основні правила техніки безпеки в залі для тренінгу.

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Складіть особистий бюлетень з техніки безпеки та доповніть його своїми власними пунктами.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмуваїл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 2. Тренінг розвиваючий

Студент опрацьовує цикл тренінгових вправ, що активізують головні інструменти творчого самопочуття: увага, уява, вміння перебувати тут і зараз, активізуючи усі сенсорні системи. Чіткий перелік вправ можна знайти у літературі до теми (п. 4,6).

Запитання для самоперевірки.

1. Дайте визначення термінів: «увага», «уява», «запропоновані обставини», «творче самопочуття».

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Оберіть 3-5 вправ, для пробудження творчого самопочуття, які вважаєте найефективнішими для себе. Запишіть їх у свій особистий зошит роботи актора. Проробляйте їх щоденно, зробивши частиною свого «туалету актора».

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 3. Тренінг пластичний

Пластичний тренінг має на меті покращення відчуття актором свого тіла, позбавлення затисків, усвідомлення його місця в просторі. Самостійно, або в групі виконують тренінгові вправи з пластичної виразності, для м'язової пам'яті. Зверніть увагу, що метою тренінгу є не лише пророблення вправ студентом, але і чітке розуміння зв'язку вправ з конкретним елементом акторської техніки.

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Проведіть детальну самодіагностику свого тіла. Визначте частини тіла, що першими реагують на виникнення затисків. Із вивчених вправ оберіть 2-4, які допомагають зняти затиск.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 4. Сценічні падіння

Студенти вивчають основи сценічного падіння. Спершу ще раз обговорюються правила безпеки і техніка виконання конкретного виду падіння. Техніка відпрацьовується в повільному темпі. Можна залучати м'які мати. Запропоновані обставини – втрата свідомості. Головний принцип – падіння здійснюється на частини тіла, вкриті шаром м'язів – стегна, сідниці, м'язи рук... Падіння відпрацьовуються на лівий і правий бік, на спину, на живіт (із залученням опори на руки), або скручуючись.

Запитання для самоперевірки.

1. Які частини тіла найменш травмонебезпечні під час падіння?

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Складіть етюд, що виправдано містить в собі технічний елемент падіння. Оберіть різновид падіння, найбільш відповідний до обраної мізансцени.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип.

17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 5. Індивідуальна акробатика

Метою оволодіння акробатичними елементами є приведення тіла в повний робочий тонус, готовність до виконання складних технічних завдань «тут і зараз», набуття рішучості і чіткості при виконанні сценічного завдання.

Після ретельної розминки опрацьовуються такі базові елементи акробатики: стійка на одній нозі («ластівка»), перекид вперед і назад, стійка на лопатках («берізка»), стійка на руках біля стіни.

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Детально опишіть техніку виконання вправ: стійка на одній нозі («ластівка»), перекид вперед і назад, стійка на лопатках («берізка»), стійка на руках біля стіни. Виконайте вправи на підготовленій м'якій поверхні.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.
2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.
3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.
4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.
5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.
6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.
7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.
8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Змістовий модуль 2.

Тема 1. Інструктаж з техніки безпеки

Студенти ще раз згадують правила техніки безпеки і головні принципи роботи. Головні принципи роботи полягають у незаперечній дисципліні, що панує на занятті. Усі завдання відпрацьовуються чітко за командою викладача. При виконанні технічного завдання необхідно переконатися у підготовленості робочого простору – достатньо місця для виконання, за потреби, підготовлені пом'якшуючі мати, тощо...

Запитання для самоперевірки.

1. Перелічіть основні правила техніки безпеки в залі для тренінгу.

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Складіть особистий бюлетень з техніки безпеки та доповніть його своїми власними пунктами.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.
2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.
3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.
4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.
5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 2. Тренінг розвиваючий

Студент опрацьовує цикл тренінгових вправ, що активізують головні інструменти творчого самопочуття: увага, уява, вміння перебувати тут і зараз, активізуючи усі сенсорні системи.

Запитання для самоперевірки.

1. Дайте визначення термінів: «увага», «уява», «запропоновані обставини», «творче самопочуття».

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Оберіть 3-5 вправ, для пробудження творчого самопочуття, які вважаєте найефективнішими для себе. Запишіть їх у свій особистий зошит роботи актора. Проробляйте їх щоденно, зробивши частиною свого «туалету актора».

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник

Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2.
Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 3. Тренінг пластичний

Пластичний тренінг має на меті покращення відчуття актором свого тіла, позбавлення затисків, усвідомлення його місця в просторі. Самостійно, або в групі виконують тренінгові вправи з пластичної виразності, для м'язової пам'яті. Зверніть увагу, що метою тренінгу є не лише пророблення вправ студентом, але і чітке розуміння зв'язку вправ з конкретним елементом акторської техніки.

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Проведіть детальну самодіагностику свого тіла. Визначте частини тіла, що першими реагують на виникнення затисків. Із вивчених вправ оберіть 2-4, які допомагають зняти затиск.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип.

17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 4. Сценічні падіння

Студенти вивчають основи сценічного падіння. Спершу ще раз обговорюються правила безпеки і техніка виконання конкретного виду падіння. Техніка відпрацьовується в повільному темпі. Можна залучати м'які мати. Запропоновані обставини – втрата свідомості. Головний принцип – падіння здійснюється на частини тіла, вкриті шаром м'язів – стегна, сідниці, м'язи рук... Падіння відпрацьовуються на лівий і правий бік, на спину, на живіт (із залученням опори на руки), або скручуючись.

Запитання для самоперевірки.

1. Які частини тіла найменш травмонебезпечні під час падіння?

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Складіть етюд, що виправдано містить в собі технічний елемент падіння. Оберіть різновид падіння, найбільш відповідний до обраної мізансцени.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмуваїл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Тема 5. Індивідуальна акробатика

Метою оволодіння акробатичними елементами є приведення тіла в повний робочий тонус, готовність до виконання складних технічних завдань «тут і зараз», набуття рішучості і чіткості при виконанні сценічного завдання.

Після ретельної розминки опрацьовуються такі базові елементи акробатики: довгий перекид вперед, стійка на руках, колесо.

Запитання та завдання для самостійної роботи

1. Детально опишіть техніку виконання вправ: довгий перекид вперед, стійка на руках, колесо. Виконайте вправи на підготовленій м'якій поверхні.

Література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмувайл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.

Методи і форми контролю знань

1. Методи усного контролю: індивідуальне опитування, фронтальне опитування, колоквиум, перегляд практичних робіт.

2. Методи письмового контролю: письмове тестування, контрольна робота, конспект першоджерел, індивідуальне завдання

3. Методи самоконтролю: уміння самостійно оцінювати свої знання і навички, самоаналіз.

Під час практичних занять здійснюється поточний контроль, основне завдання якого – перевірка рівня підготовки студентів до виконання конкретної роботи.

Основними формами контролю на практичних заняттях є виконання індивідуальних завдань.

Вимоги до письмової роботи

Виконання контрольної роботи необхідне для систематизації, закріплення і розширення теоретичних і практичних знань з дисципліни.

Метою виконання контрольної роботи є: закріплення, поглиблення і узагальнення знань, отриманих студентами під час набуття теоретичних і практичних навичок.

На письмові контрольні роботи виносяться запитання, опрацьовані на лекціях і самостійно. Така форма контролю дозволяє оцінити якість засвоєння студентами теоретичного матеріалу. Контрольні роботи виконують у формі тестів та письмових теоретичних питань.

Загальна система оцінювання курсу

Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань. Поточний контроль з дисципліни «Тренінг» здійснюється на

практичних заняттях протягом всього курсу навчання і має за мету перевірку засвоєння студентами змістових модулів навчальної дисципліни та виховання у них постійного прагнення до самовдосконалення. Основні принципи поточного контролю: перевірка якості засвоєння бакалаврами теоретичного матеріалу; перевірка виконання практичного завдання; перевірка самостійно підготовлених доповідей; перевірка самостійно підготовленого практичного завдання.

Критерії підсумкового контролю.

Оцінка «А» («відмінно»). Студент досконало засвоїв техніку безпеки; студент не тільки впевнено і точно виконує завдання, поставлені педагогом, але й проявляє ініціативу, вносячи творчі доповнення до завдань курсу; демонструє високий рівень теоретичних знань з предмету, користуючись для цього додатковими матеріалами, фаховими статтями та прикладами з театральної та кінематографічної практики; володіє сучасною професійною термінологією; методично грамотно розв'язує запропоновані завдання; творчо підходить до виконання завдань; орієнтується у системі методичних понять, науково правильно їх тлумачить; активно доповнює репетиційну методику власними пропозиціями, активно інтегруючи в репетиційний процес суміжні дисципліни; дотримується професійної етики та дисципліни, виконуючи усі завдання самостійної та індивідуальної роботи вчасно і якісно.

Оцінка «В» («дуже добре»), оцінка «С» («добре»). Студент досконало засвоїв техніку безпеки; виконує завдання із незначними помилками і неточностями техніки, що не несуть небезпеки для партнера. Дисципліновано працює над завданнями педагога, демонструючи сталий прогрес впродовж репетицій. Володіє багажем теоретичних знань і професійною термінологією. Орієнтується в системі методичних понять, але припускається поодиноких несуттєвих помилок у їх тлумаченні; виконав не менше як 3 / 4 усіх завдань самостійної та індивідуальної роботи.

Оцінка «D» («достатньо»), оцінка «Е» («задовільно»). Студент дотримується правил техніки безпеки; виконує завдання курсу із помітними

помилками, що потребують їх концентрованого виправлення. Не демонструє ініціативи в самостійній роботі і самостійно не працює над завданнями. Володіє основною професійною термінологією, однак не спроможний підтримати професійний діалог і нечітко усвідомлює поставлені семестрові завдання; не виконує більш як половини завдань самостійної та індивідуальної роботи.

Оцінка «незадовільно» (складається з двох рівнів складності), а саме: FX – «незадовільно з можливістю повторного складання»; F – «незадовільно з обов'язковим вивченням повторного курсу». Студент не засвоїв головні принципи техніки безпеки і демонструє неорганізовану та недисципліновану поведінку; погане відвідування занять свідчить про відсутність ініціативи в роботі. Завдання курсу не виконуються, або виконуються із значними помилками з відсутністю позитивної динаміки. Завдання для самостійної роботи в більшості не виконуються, або виконуються на стабільно незадовільному рівні. Студент виявляє незнання теоретичного матеріалу та не володіє професійною термінологією

Дотримуйтеся наступних рекомендацій:

1. Ознайомтеся з темою самостійної роботи.
2. З'ясуйте, який саме навчальний матеріал пропонується до розгляду, пригадайте його місце в системі навчального курсу.
3. Уважно прочитайте план заняття, ознайомтеся зі списками запропонованої основної та додаткової літератури.
4. Опрацюйте літературні джерела.
5. Законспекуйте обраний матеріал. Систематизуйте його.

6. Рекомендована література

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73). 2019. С.133–136.

2. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014. С. 34–41.

3. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

4. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.

5. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). К.: Мистецтво, 1972. 143 с.

6. Саган В. А. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

7. Старостін Ю.О. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого, [e-journal] 24. 2019. С.75–78.

8. Юдов, М., Альмуваїл, Ф., Білецька, О., Мандзій, І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2). 2021. С.163–182.