

**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
ТРЕНИНГИ АКТЕРСКОГО ИСКУССТВА**

**Направление подготовки: 52.05.02 - Режиссура театра
Профиль подготовки: Режиссер драмы
Квалификация (степень) выпускника: специалист
Форма обучения: очная**

Оглавление

1. Введение.....	3
2. Формы самостоятельной работы обучающихся.....	4
3. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.....	6
3.1 Общие рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся	6
3.2 Методические рекомендации для студентов.....	7
по отдельным формам самостоятельной работы	7
4. Оценка самостоятельной работы	20

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, скороотчтения 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.

Целями освоения дисциплины (модуля) «Тренинги актерского искусства» являются создание у студентов представлений об актерских тренингах. Дисциплина «ТРЕНИНГИ АКТЕРСКОГО ИСКУССТВА» призвана способствовать созданию у студентов целостного системного представления о подготовке и тренировке психофизического аппарата для занятий актерским мастерством как способа овладения актерской техникой; -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.

Самостоятельная работа студентов по дисциплине обеспечивает:

- закрепление практических умений и знаний, полученных студентами в процессе практических занятий по дисциплине «Тренинги актерского искусства»;
- формирование способов определения и реализации приоритетов собственной деятельности и ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни;
- в процессе выполнения самостоятельной работы студент овладевает умениями и навыками проведения актерских тренингов

2. ФОРМЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Самостоятельная работа студентов по дисциплине ТРЕНИНГИ АКТЕРСКОГО ИСКУССТВА

№ п/п	Темы Дисциплины в соответствии с разделом 4 рабочей программы дисциплины	Форма самостоятельной работы
1	<i>Тема 1.</i> Место и роль тренинга в подготовке актера.	Подготовка к входному контролю- тестированию ; Подготовка к текущему контролю- письменному опросу
2	<i>Тема 2.</i> Принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века	Подготовка к текущему контролю- контрольной работе
3	<i>Тема 3.</i> Вниманье как один из компонентов воспитания актера	Подготовка к текущему контролю- выполнению практического задания в творческом дневнике.
4	<i>Тема 4.</i> Мускульное напряжение и освобождение мышц	Подготовка к межсессионному (рубежному) контролю: подготовка к исполнению практического задания Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике.
5	<i>Тема 5.</i> Чувство правды и вера	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике.
6	<i>Тема 6.</i> Туалет актера как система упражнений разминки и разогрева	Подготовка к текущему контролю: индивидуальной беседе с преподавателем ; Подготовка к итоговому рейтингу: контрольному уроку
7	<i>Тема 7.</i> Память ощущений или аффективная память	Подготовка к входному контролю- проведение упражнений тренинга в группе (по назначению преподавателя) Подготовка к текущему контролю: выполнение практического задания в творческом дневнике
8	<i>Тема 8.</i> Воображение и фантазия	Подготовка к текущему контролю: выполнение практического задания в творческом дневнике

9	Тема 9. Общение и взаимодействие	Подготовка к текущему контролю: выполнение практического задания в творческом дневнике
10	Тема 10. Сц. действие	Подготовка к текущему контролю: выполнение практического задания в творческом дневнике Подготовка к Межсессионному рубежному контролю- тестированию
11	Тема 11. Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского	Подготовка к текущему контролю- мини конференции Подготовка к итоговому рейтингу- контрольному уроку
12	Тема 12. Тренинговые системы М. Чехова	Подготовка к входному контролю- письменному опросу ; Подготовка к текущему контролю- решению практических заданий
13	Тема 13. Биомеханика Мейерхольда	Подготовка к текущему контролю- решению практических заданий
14	Тема 14. Модели тренинга Гротовского	Подготовка к текущему контролю- выполнению практического задания в творческом дневнике . Подготовка к межсессионному (рубежному) контролю: контрольная работа
15	Тема 15. Композиция	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике .
16	Тема 16. Атмосфера	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике .
17	Тема 17. Характерность	Подготовка к входному контролю- письменному опросу Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике
18	Тема 18. Событие	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике
19	Тема 19. Основы построения мизансцен	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике
20	Тема 20. Импровизация	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике Подготовка к межсессионному рубежному контролю: тестированию
21	Тема 21. Основные приемы ведения тренинга	Подготовка к текущему контролю: выполнению практического задания в творческом дневнике
22	Тема 22. Ведущий тренинга	Подготовка к текущему контролю: проведение упражнений тренинга на группе
ВСЕГО		

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

Самостоятельная работа является обязательной для каждого студента.

3. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

3.1. 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

1 СЕМЕСТР

Тема: Место и роль тренинга в подготовке актера

Входной контроль: тестирование

Входной контроль осуществляется в форме тестирования с использованием компьютерных технологий, в т.ч. интернет-тестирования (для заочной формы обучения).

1. Тренинг актерского мастерства это-

А.) способ репетирования актера

Б.) субъективные чувства

В.) способ тренировки психофизического аппарата актера

2. Термин «Туалет актера» введен:

А.) М.Чеховым

Б.) В.Э. Мейерхольдом

В.) К.С.Станиславским

3. На каких принципах основывается безопасность проведения упражнений и заданий по предмету:

А.) на знании нормативных документов, регламентирующих соблюдение техники безопасности

Б.) на умении грамотно оценить техническое состояние оборудования и помещения для проведения занятий

В.) на точном выполнении методики проведения упражнений и заданий

4. Понятие "тренинг" от английского:

А.) интегрировать

Б.)обучать, воспитывать

В.) возводить

5. Упражнение тренинга должно быть доведено до:

А.) автоматизма

Б.) до внутреннего ощущения правды и убедительности действия

В.) виртуальной модели в сознании

6. К основным структурным элементам пластической выразительности актера относятся:

А.) совокупность физических навыков актера

Б.) танец, пантомима, акробатика

В.) тело, голос и ритмопластичность

7. Требование, которое, К.С. Станиславский предъявляет к актеру, заключается в том, чтобы актер искал объекты для своего внимания:

А.) в жизни

Б.) в зрительном зале

В.) на сцене

8. Неоднократное повторение упражнений требует:

А.) точности выполнения

Б.) новых обстоятельств

В.) накопление актерского опыта

9. Групповая сплоченность в тренинге строится на:

А.) длительности проведения тренинга

Б.) совпадении интересов, взглядов, ценностей и ориентации участников группы

В.) включенность тренинга в учебный процесс

10. Актерский тренинг разрабатывает:

А.) тело актера

Б.) психику актера

В.) психофизический аппарат актера

Текущий контроль: письменный опрос

- В творческом дневнике дать развернутые ответы на следующие вопросы:
 - Знали ли Вы, до поступления в вуз, об актерском тренинге (что именно)?
 - Зачем нужен тренинг актеру?
 - Чему Вы, лично, хотите научиться на тренинге.
 - Выпишите из разных словарей (психологического, социологического, педагогического и др.) определение понятия «тренинг», сравните их между собой, выделите общее для разных определений.
 - Дайте определение терминам: «тренинг», «муштра», «туалет актера».
- Оценивается:* умение анализировать и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития; самостоятельно строить процесс овладения и развития конкретной профессиональной деятельности; оценивать возможности реализации личностных способностей при самостоятельном построении процесса усвоения конкретной профессиональной деятельности; анализировать и корректировать планы личного и профессионального развития с учетом имеющихся ресурсов

Тема 2. Принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века

Текущий контроль: Контрольная работа

Дайте ответы на вопросы в творческом дневнике:

В чем заключается природа психофизического воспитания актера;

Какова этапность и становление актерского тренинга в России?

Как философия и психология повлияли на тренинг актерского мастерства;

Какие тренинговые системы вы знаете;

Тема 3. Внимание как один из компонентов воспитания актера;

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1. В творческом дневнике дать определение внимания из «Психологического словаря». Дать ответы на следующие вопросы: -а) что такое направленность внимания; -б) что такое концентрация внимания; -с) какие существуют виды внимания; - д) почему говорят о кризисе внимания в информационную эпоху.
2. Прочитайте раздел книги К.С. Станиславского «Работа актера над собой» раздел «Творческое внимание» опишите что называется -объектом и субъектом сценического внимания; - кругами сценического внимания; - внимание в жизни и на сцене; - сценическое внимание к воображаемым объектам.
3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на внимание. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику развития.

Тема 4. Мускульное напряжение и освобождение мышц

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на мускульное напряжение и освобождение мышц. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику развития.

2. В творческом дневнике объясните, как Вы понимаете следующее выражение: «Мысли принимают форму в действии, а действие снова влияет на ум». Дайте определение мускульного напряжения и освобождения мышц. Как влияет мускульный зажим на поведение (в жизни и на сцене).

3. Ознакомьтесь с теорией «мышечного и психологического панциря» Вильгельма Райха. Опишите ее суть (режим доступа: ru.wikipedia.org/wiki/Райх,_Вильгельм; <https://pro-psichology.ru/sovremennye-psichologicheskie-teorii/81-teoriya-v-rajha-xarakternyj-myshechnyj-pancir-kak.html>).

Тема 5. Чувство правды и вера

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В творческом дневнике дайте характеристику одной из составляющих компонентов тренинговой системы актера – сценической вере и правде: определение, характеристика, свойства, функции.

2. Выработывайте навык освоения сценической веры актера: найти, вызвать и почувствовать правду и веру (в области тела). В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на чувство правды и веры. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику развития.

3. Прочитайте раздел книги К.С. Станиславского «Работа актера над собой» «Чувство правды и вера», составьте конспект раздела.

Тема 6. Туалет актера как система упражнений разминки и разогрева

Текущий контроль: индивидуальная беседа с преподавателем

Быть готовым рассуждать на следующие темы:

- Работа артиста над развитием и совершенствованием своих профессиональных качеств;
- Задачи ежедневной тренировки, система упражнений, распределений усилий в упражнениях разминки и разогрева;
- Физическая тренировка и техника речи, упражнения на различные элементы (единичные и парные);
- Создание новых упражнений.

Тема 7. Память ощущений или аффективная память

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. Дайте определение термину «память». Что такое память зрительная (визуальная), моторная (кинестетическая), звуковая (аудиальная), вкусовая, болевая?
2. Какие Вы знаете мифы, легенды, сказки о памяти. Опишите краткое содержание. Что нового Вы узнали о памяти и как это знание применять в тренинге.
3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на память ощущений или аффективная память. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

Тема 8. Воображение и фантазия

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на воображение и фантазию. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.
2. Составьте таблицу и выпишите определения, относящиеся к воображению и фантазии; в чем общность и различие; как развивать воображение и фантазию.
3. Что произойдет, если у Вас вырастут крылья. Куда бы Вы полетели? Опишите Вашу фантазию в дневнике.

Тема 9. Общение и взаимодействие

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

В творческом дневнике опишите результаты наблюдений за людьми (это могут быть ваши однокурсники, друзья, или незнакомые для Вас люди, но с которыми Вы периодически встречаетесь и имеете возможность наблюдать за их поведением). Фиксировать нужно:

- 1)- краткую характеристику человека: пол, примерный (или точный) возраст, предполагаемое профессиональное занятие, манеру общения (обычную, характеризующую человека).
- 2)- дату, время и место наблюдения.
- 3)- ситуацию, в которой находится наблюдаемый.
- 4)- как человек общается в зависимости от ситуации, с выделением: действенного общения, взаимного общения; прямого и непосредственного общения; косвенного общения; внутреннего и внешнего общения; мысленного (безмолвное молчаливое); общения с партнером; общения с воображаемым объектом.
- 5)- наблюдение должно продолжаться в течение месяца, ежедневно.

По окончании периода наблюдения перечитайте Ваши записи и напишите: -как изменялось общение у вашего наблюдаемого и почему; - что нового вы для себя открыли в процессе наблюдения; - что из этого наблюдения Вы могли бы взять в практику сценического общения.

Тема 10. Сценическое действие

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1. В творческом дневнике дайте характеристику следующим понятиям: простое физическое действие; правда физических действий; линия физических действий; логика и последовательность физических действий; действие на сцене; действие в предлагаемых обстоятельствах; действие внутреннее (внешнее) на основании книги К.С. Станиславского «Работа актера над собой».

2. В перерывах между занятиями дисциплины ТРЕНИНГИ АКТЕРСКОГО ИСКУССТВА проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на сценическое действие. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

3. В творческом дневнике фиксируйте наблюдения за людьми в процессе действий, при этом указывайте: - дату, время и место наблюдения; обстоятельства действия; - характер протекания действия.

Межсессионный рубежный контроль: тестирование

- 1). "Основы всей этой реформы, этого Возрождения, этой Революции театра, заложили русские, прирожденные люди искусства, и одна личность – Станиславский" - автор этой цитаты, приведенной в работе С.В.Гиппиус «Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств»:
- А) – Б. Брехт
 - Б) – Р. Ролан
 - С) – П. Ахард.
- 2). К.С. Станиславский говорил: «Певцам необходимы вокализы, танцовщикам – экзерсисы, а сценическим артистам
- А) – талант
 - Б) – гибкая психика
 - С) - тренинг и муштра
- 3). Актерский тренинг воспитывает
- А) – прочные навыки динамических стереотипов повторяемых движений
 - Б) – все богатства человеческой – физической и духовной – природы актера
 - С) – искусство актерской игры
- 4). Понятие "тренинг" от английского
- А) – интегрировать
 - Б) – обучать, воспитывать
 - С) – возводить
- 5). Тренировать отдельные элементы системы можно только
- А) – повтором
 - Б) – действием
 - С) - запоминанием
- 6). Упражнение тренинга должно быть доведено до
- А) – автоматизма
 - Б) – до внутреннего ощущения правды и убедительности действия
 - С) – воспроизведения в сознании
- 7). Увидеть – это значит
- А) – понять психофизический процесс восприятия
 - Б) – смотреть
 - С) - осознать увиденное
- 8). В упражнении «Рассмотрите предметы» нужно
- А) – увидеть в простых вещах необычное, чудесное, удивительное
 - Б) – подключить магическое «если бы»

С) – настроиться на восприятие

9). Упражнения тренинга на мышечно-двигательные процессы тренируют

А) – релаксацию

Б) – внутреннего мускульного контролера

С) - полное расслабление мышц

10). Неоднократное повторение упражнений требует

А) – точности выполнения

Б) – новых обстоятельств

С) - накопление актерского опыта

11). Формула сценического внимания по Станиславскому: «Вижу, что дано, отношусь

А) – как несуществующему

Б) – как задано

С) – как произойдет в момент творческого озарения

12). Задача сценического внимания актера

А) – в одинаковой степени держать несколько объектов внимания

Б) – быть поверхностным, быстро переходить с одного объекта на другой

С) - активная сосредоточенность на произвольном объекте в пределах сценической среды

13). Элементарной (первичной) формой внимания является внимание

А) – произвольное

Б) – непроизвольное

С) - внутреннее

14). Требование, которое, К.С. Станиславский предъявляет к актеру, заключается в том, чтобы актер искал объекты для своего внимания

А) – в жизни

Б) – в зрительном зале

С) - на сцене

15). Внимание к объекту вызывает

А) – чувство правды и веры

Б) – расслабление мышц

С)- вызывает естественную потребность что-то с ним сделать

16). «Туалет актера» является:

А) индивидуальной разминкой актера

Б) групповой разминкой

С) парной импровизацией

17). Термин «Туалет актера» введен:

А) М.Чеховым

- Б) В.Э. Мейерхольдом
- С) К.С.Станиславским

18).Что из ниже перечисленного не является элементом индивидуальной разминки актера:

- А) наблюдения
- Б) интенсивные физические упражнения
- С) коммуникативные упражнения

19).Что тренируют упражнения на координацию?

- А) воображение и фантазию
- Б) мышечный контролер
- С) эмоциональную память

20).Центр тяжести тела – это:

- А) часть тела, удерживающая его в равновесии
- Б) наиболее зажата часть тела
- С) центральная часть тела

Тема 11. Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского

Текущий контроль: мини конференция

1.Ознакомьтесь с книгой Л.П.Новицкой «Уроки вдохновения», выпишите тренинговые упражнения (не менее 6 на каждый элемент) и методические указания для их проведения.

2. Определите значение термина «методика» из следующих:

- А) совокупность приемов обучения чему-либо, методов целесообразного проведения некоей работы, процесса, или же практического выполнения чего-либо.
- Б) способ теоретического исследования или практического осуществления чего-либо.
- С) исследовательская стратегия, в коей выполняется целенаправленное наблюдение за неким процессом в условиях регламентированного изменения отдельных характеристик условий его протекания.

В соответствии с выбранным определением опишите суть методики «туалета актера», «тренинга и муштры» К.С. Станиславского.

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 1 СЕМЕСТРА - ЗАЧЕТ

На зачет выносятся следующие задания:

-проведение одного из упражнений курса на группе; упражнение выбирает преподаватель из письменной работы студента или из творческого дневника студента;

- ответы на теоретические вопросы:

1. Этапность и становление актерского тренинга как способ воспитания и репетирования актера.
2. Развитие философской и психологической науки и их влияние на совершенствование тренинга актера.
3. Система Станиславского как первый научный подход к тренингу актера.

4. Принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века (Станиславский, Мейерхольд, Чехов и др.).
5. Раскройте понятие «сценическое внимание», назовите упражнения, тренирующие этот элемент воспитания актера.
6. Раскройте понятие «круги сценического внимания». Какие существуют виды внимания
7. Дайте определение мышечного контролера. Какие группы мышц Вы знаете.
8. Теория «мышечного и психологического панциря» Вильгельма Райха.
9. К.С. Станиславский о сценической (художественной) правде.
10. Раскройте понятие правда физических действий; линия физических действий; логика и последовательность физических действий.
11. Проведите анализ предлагаемых обстоятельств экзамена.
12. Воображение и фантазия; в чем общность и различие.
13. К.С. Станиславский о внутреннем видении; примеры упражнений.
14. Дайте характеристику следующим понятиям: вереница видений; актерское видение; внутреннее видение; видение роли.
15. Дать определения градациям темпоритмов; как и почему происходит переключение темпоритма.

-

2 семестр

Тема 12. Тренинговые системы М. Чехова

Входной контроль: письменный опрос

- опишите как вы проводите туалет-настройку перед занятиями
- что входит в понятие «тренинг и муштра»
- если бы вы преподавали актерское мастерство в театральном классе, как бы вы построили урок на тему «туалета актера»
- на основании чего можно оценить готовность студента/актера к занятию по актерскому мастерству/репетиции

Текущий контроль: решение практических заданий

1. Прочитайте работу: Чехова М. Литературное наследие в 2т., 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 (психологический жест).

Пятый способ репетирования (воплощение образа и характерность).

Шестой способ репетирования (импровизация).

2. Составьте тренинг в терминах М. Чехова

3. В перерывах между занятиями дисциплины ТРЕНИНГИ АКТЕРСКОГО ИСКУССТВА 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.

Тема 13. Биомеханика Мейерхольда

Текущий контроль: решение практических заданий

1. В творческом дневнике опишите наиболее запомнившиеся упражнения тренинговой системы В. Мейерхольда; специфические термины и их расшифровку.

2. В перерывах между занятиями дисциплины ТРЕНИГИ АКТЕРСКОГО ИСКУССТВА проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы В. Мейерхольда. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

3. Прочитайте статью Е.Е. Кузиной и И.Р. Сакаева «Апология биомеханики» //Петербургский Театральный журнал, 2009 №2(56) //электронный ресурс: код доступа: <http://ptj.spb.ru/archive/56/spb-jam-56/apologiya-biomechaniki/>, посвященную тренинговым упражнениям В. Мейерхольда. Проведите упражнения, описанные в статье. В творческом дневнике отражайте дату проведения упражнений, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

Тема 14. Модели тренинга Гротовского

Текущий контроль: решение практических заданий

В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения тренинговой системы Е. Гротовского. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

Тема 15. Композиция

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В творческом дневнике, пользуясь словарями, дайте определение композиции. Как используется композиция в разных видах искусств. Нужно ли понятие «композиции» актеру, как оно используется.

2. Выполните следующие задания:

- А) Равновесие. Используя белую и черную бумагу приготовим четыре черных квадрата и четыре плоскости (белых). Используя черные квадраты и заданную белую плоскость, решим одну из важнейших композиционных задач — добьемся композиционного равновесия (баланса) белого и черного. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- Б) Динамика. Квадраты нужно заставить «двигаться» на листе бумаги. Воспользуемся черным листом, а квадраты и прямоугольники вырежем из белой бумаги. Поместим белый квадрат или прямоугольник под углом к черной плоскости. Белый квадрат или прямоугольник благодаря своему расположению рождает ощущение движения. Вводя в композицию дополнительные элементы, можно усилить ощущение движения, а можно, наоборот, «остановить» движение. При наклоне всей формы относительно заданной плоскости или поверхности земли она приобретает еще большую динамику. Это задание надо выполнять, постоянно сравнивая динамику с равновесием, тогда впечатление движения будет нагляднее. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- С) Композиционная доминанта. Если изображение (или предмет) воспринимается как единое и неделимое целое, явно не распадается на отдельные самостоятельные части, то налицо целостность, внутреннее единство, как первый признак композиции.

Неделимость композиции художественного произведения складывается из так называемой конструктивной идеи, которая способна объединить в одно целое все компоненты композиции. Одной из конструктивных идей может стать композиционная доминанта, то есть выделение в композиции главного элемента. В театре принято говорить, что короля играет его свита. В композиции тоже есть свои «короли» и окружающая их «свита», как солирующие инструменты и оркестр. Связь элементов композиции становится органичнее и понятнее, если в ней имеется главный элемент — центр композиции, вокруг которого на художественной основе объединяются остальные. На главный элемент композиции — доминанту — устремляется в первую очередь взгляд зрителя. Элементами композиции выберем квадраты, прямоугольники, линии, круг. Сделаем круг смысловым, конструктивным центром композиции. Центр, фокус композиции, ее главный элемент может быть и на ближнем плане, и на дальнем, может оказаться на периферии или в середине — это не важно, главное, что второстепенные элементы «играют короля», они подводят взгляд к кульминации композиции. Выполняем в технике коллажа (цветная бумага, вырезки из газет и журналов).

- Д) Симметрия. «Симметрия» в переводе с греческого означает «соразмерность». Симметрия с древних времен считалась одним из условий красоты. Древние греки полагали, что Вселенная симметрична просто потому, что симметрия прекрасна. Идея симметрии часто являлась отправным пунктом в гипотезах и теориях ученых прошлых веков, веривших в математическую гармонию мироздания. Понятие симметрии не ограничивается симметрией объектов. Выполним симметричную композицию, используя несколько квадратов. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- Е) Асимметрия. Асимметрия позволяет добиться динамичности, напряженности композиции, не теряя гармонии целого. При использовании асимметрии композиция становится выразительнее, интереснее. При асимметрии ось или плоскость симметрии отсутствует.

Если симметричная форма воспринимается легко и сразу, то асимметричная читается постепенно. Главное условие целостности асимметричной композиции — это ее уравновешенность. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

- Ж) Метр и ритм. Для выполнения метрической композиции вырежем черный прямоугольник, а элементами композиции будут линии или точки. Роль линии будут играть бумажные полоски разной ширины, заготовленные с помощью резака. Точки — разного диаметра окружности. Надо помнить о том, что линия может делить пространство, а может его объединять. Можно выполнить метрическую композицию, используя только круги и точки. Усложнив задание создайте эмоционально-образную композицию, используя чередование элементов и пространства, на любую из тем: «Шум дождя», «Тишина сумерек», «Суматоха», «Одиночество бегуна на длинные дистанции», «Жаркая музыка карнавала», «Нежное дыхание щенка», «Крик», «Полет» и т.д.. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

Среди композиционных закономерностей следует выделить группу средств, объединяемую понятием ритм. Ритм можно воспринимать не только на слух, но и зрительно. Понаблюдайте за чередованием света и теней во время движения, да просто за движением часовой стрелки. Однако ритм свойственен не только движению, но и статическому предмету. Посмотрите на ряды парт в классе, на чередование оконных проемов и стен в коридорах школы. Ритм, благодаря повторам элементов, создает

впечатление условного движения.

Чередование изобразительных элементов и свободных пространств, их частота, сгущенность и разреженность называются ритмом. Ритм может быть спокойным и беспокойным, направленным в одну сторону или сходящимся к центру, направленным как по горизонтали, так и по вертикали. Чередовать можно элементы, объемы, цветовые пятна, какие-либо детали и др. Приклейте ваши композиции в дневник, дайте им название.

3.Проведите групповое упражнение на общих занятиях. Руководит игрой «Мастер композиции», он должен составить свой вариант выполнения упражнений из данных «элементов». Самое простое — все стоят в шеренге по росту, через одного приседают, каждый четвертый поднимает руки вверх и т.д. Это простой метрический ряд. Для более сложного ритма подключаем пространство: каждый второй делает шаг вперед или назад, студенты могут по-разному сцепить руки, потом в ход могут идти стулья — кто-то на них сядет и пр. В упражнение должна быть вовлечена вся группа. В творческом дневнике опишите, как прошло упражнение. Дайте оценку.

Тема 16.Атмосфера

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1.А.Д. Попов в работе «Спектакль и режиссер» определяет атмосферу как ДИНАМИЧЕСКОЕ ПОНЯТИЕ: «...атмосфера - понятие динамическое, а не статическое, она меняется в зависимости от перемены предлагаемых обстоятельств и событий». Как Вы объясните эту цитату? Приведите пример, как вы определяете атмосферу событий вашего персонажа (роли) в студенческих работах, через что вы ее создавали, как она менялась от события к событию.

2.Сделайте конспект главы об атмосфере книги М.Чехова «Литературное наследие» 2т., выпишите тренинговые упражнения.

3.В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на атмосферу. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

Тема 17.Характерность

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1.В творческом дневнике проанализируйте (на основании видеозаписи) один из творческих показов курса. Проведите анализ (самой запомнившейся Вам роли) и опишите, за счет чего создавалась характерность. Что Вы понимаете под характером и характерностью.

2.В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства » проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на характерность. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

Тема 18.Событие

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

1.В творческом дневнике дайте определение театрального события. Проведите упражнения на события пьесы, события персонажа, события актера, событие зрителя.

Проанализируйте их. Поменялось ли ваше определение театрального события.

2. На творческих занятиях по актерскому мастерству и режиссуре провести тренинг - разминку. В отчете указать: программу тренинга, порядок упражнений, методику проведения, оценку проведения. Когда, при каких обстоятельствах проведенная вами разминка может стать событием (для вас, для участников, для зрителей).

3. Опишите события для вашей группы (за последний год). Разыграйте их. Проанализируйте сделанное.

Тема 19. Основы построения мизансцен

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике

1. В творческом дневнике проанализируйте (на основании видеозаписи) одно из занятий по предмету «Театральные тренинги». Каким из мизансцен можно дать характеристику (и почему): «точная мизансцена тела»; «выразительная мизансцена»; «композиция мизансцены»; «центр мизансцены тела»; «ракурс мизансцены»; «графика мизансцены»; типы групповых и индивидуальных мизансцен (изобразить графически).

2. Прочитайте книгу Ю. Мочалова «Композиция сценического пространства». Выпишите определение основных разновидностей мизансцен.

3. В перерывах между занятиями дисциплины «Тренинги актерского мастерства» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на оправдание мизансцен и др., соответствующей тематики. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и разбор проведения упражнений.

Тема 20. Импровизация

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

Проведите упражнения:

- Наметьте исходный и заключительный моменты для своей импровизации. Они должны быть точны и просты. Например: вы быстро встаете с места и твердо произносите “Да!”. В конце вы безвольно опускаетесь на стул и говорите “Нет!”. Всю среднюю часть, весь переход от исходного момента к заключительному вы импровизируете. Не придумывайте заранее оправданий вашим действиям, не берите никакой определенной темы, но, отдавшись впечатлению от вашего же собственного движения и слова (исходный момент), свободно, с доверием к себе начните играть то, что подскажет вам ваше подсознание. Пусть каждый последующий момент будет психологическим следствием предыдущего. Так, не имея заранее намеченной темы, вы продолжаете импровизировать, продвигаясь от начала к намеченному вами концу. Все, что вы делаете при этом, приходит целиком из области вашего творческого подсознания и является неожиданностью для вас самого.

- Подобно живописцу, наносящему рисунок и цветовые пятна на белый холст, каждый из нас может рисовать, но рисовать необычно — звуком, мелодией, ритмом, звуковыми сочетаниями.

- Попробуйте совместное "рисование звуком". В процессе импровизации вы можете меняться инструментами, можете перехватывать и брать на себя солирование, слушать сочетаемость инструментов — все, что позволяет вам фантазия. Главное — не разрушить пространство заданной темы, заданного сюжета. Научитесь идти за звуком, раствориться в

нем, подчиниться звуку. Опишите в дневнике Ваши ощущения.

-Соберите информацию по «Контактной импровизации». Составьте тренинг по контактной импровизации.

Межсессионный рубежный контроль: тестирование

1). "Основы всей этой реформы, этого Возрождения, этой Революции театра, заложили русские, прирожденные люди искусства, и одна личность – Станиславский" - автор этой цитаты, приведенной в работе С.В.Гиппиус« Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств»:

А) – Б. Брехт

Б) – Р. Ролан

С) – П. Ахард.

2). К.С. Станиславский говорил: «Певцам необходимы вокализы, танцовщикам – экзерсисы, а сценическим артистам

А) – талант

Б) – гибкая психика

С) - тренинг и муштра

3). Актерский тренинг воспитывает

А) – прочные навыки динамических стереотипов повторяемых движений

Б) – все богатства человеческой – физической и духовной – природы актера

С) – искусство актерской игры

4). Понятие "тренинг" от английского

А) – интегрировать

Б) – обучать, воспитывать

С) – возводить

5). Тренировать отдельные элементы системы можно только

А) – повтором

Б) – действием

С) - запоминанием

6). Упражнение тренинга должно быть доведено до

А) – автоматизма

Б) – до внутреннего ощущения правды и убедительности действия

С) – воспроизведения в сознании

7). Увидеть – это значит

А) – понять психофизический процесс восприятия

Б) – смотреть

С) - осознать увиденное

8). В упражнении « Рассмотрите предметы» нужно

А) – увидеть в простых вещах необычное, чудесное, удивительное

Б) – подключить магическое « если бы»

С) – настроиться на восприятие

9). Упражнения тренинга на мышечно-двигательные процессы тренируют

А) – релаксацию

Б) – внутреннего мускульного контролера

С) - полное расслабление мышц

10). Неоднократное повторение упражнений требует

- А) – точности выполнения
- Б) – новых обстоятельств
- С) - накопление актерского опыта

11). Формула сценического внимания по Станиславскому: «Вижу, что дано, отношусь

- А) – как несуществующему
- Б) – как задано
- С) – как произойдет в момент творческого озарения

12). Задача сценического внимания актера

- А) – в одинаковой степени держать несколько объектов внимания
- Б) – быть поверхностным, быстро переходить с одного объекта на другой
- С)- активная сосредоточенность на произвольном объекте в пределах сценической среды

13) Элементарной (первичной) формой внимания является внимание

- А) – произвольное
- Б) – непроизвольное
- С)- внутреннее

14). Требование, которое, К.С. Станиславский предъявляет к актеру, заключается в том, чтобы актер искал объекты для своего внимания

- А) – в жизни
- Б) – в зрительном зале
- С)- на сцене

15). Внимание к объекту вызывает

- А) – чувство правды и веры
- Б) – расслабление мышц
- С)- вызывает естественную потребность что-то с ним сделать

16). «Туалет актера» является:

- А) индивидуальной разминкой актера
- Б) групповой разминкой
- С) парной импровизацией

17). Термин «Туалет актера» введен:

- А) М.Чеховым
- Б) В.Э. Мейерхольдом
- С) К.С.Станиславским

18).Что из ниже перечисленного не является элементом индивидуальной разминки актера:

- А) наблюдения
- Б) интенсивные физические упражнения
- С) коммуникативные упражнения

19).Что тренируют упражнения на координацию?

- А) воображение и фантазию
- Б) мышечный контролер
- С) эмоциональную память

20). Центр тяжести тела – это:

- А) часть тела, удерживающая его в равновесии
- Б) наиболее зажата часть тела

С) центральная часть тела

21). Актерский тренинг – это:

А) способ тренировки психофизического аппарата актера

Б) способ заучивания текста роли

С) физические упражнения

22). Устойчивое внимание тренируется при помощи:

А) воображения и магического «если бы»

Б) физического напряжения и усилия

С) дискуссий и рассуждений

23). Сценическое внимание связано с:

А) Личными переживаниями

Б) Техническими задачами

С) Сосредоточенностью на действии самой пьесы

24). Сценическая атмосфера - это:

А) газообразная оболочка, окружающая актера и связанная с химическим составом воздуха и влажностью

Б) окружающие условия, обстановка, связанная с отношениями между людьми

С) характер эмоциональной жизни актера, связанный с эмоциональным зерном пьесы

25). Что тренируют упражнения на координацию

А) воображение и фантазию

Б) мышечный контролер

С) эмоциональную память

26). Что такое ПЖ в системе тренинга М.Чехова

А)- первичный жест

Б)- повторный жест

С) - психологический жест

27). В системе тренинга М.Чехова атмосфера – это:

А) - состояние

Б) действие, процесс

С) субъективное чувство

28). Основной принцип биомеханики Мейерхольда:

А)- в работе участвует все тело

Б) - в работе участвует часть тела

С) - в работе участвует несколько частей тела

29). Тренинг по системе К.С. Станиславского ведет

А) - от подсознательного к сознательному

Б)- от сознательного к подсознательному

С) – от подсознания к рефлексии

30) Возбудитель актерского существования в процессе создания образа

А) - эмоции

Б) - цепь физических действий, физическая акция на сцене

С)- сверхзадача спектакля

Тема 21. Основные приемы ведения тренинга

Текущий контроль: выполнение практического задания в творческом дневнике.

- В творческом дневнике проанализируйте (на основании видеозаписи) один из тренингов. Определите приемы ведения тренинга. Проанализируйте психогимнастические упражнения, игровые методы. Определите этапы групповой дискуссии.
- В творческом дневнике расшифруйте функции ведущего тренинга.
- Прочитайте, что Вы писали о тренинге на первых занятиях. Изменились ли Ваши представления. Что вам дал предмет. Ваши пожелания для совершенствования курса.

Тема 22. Ведущий тренинга

Текущий контроль: Проведение упражнений тренинга на группе

Проведение тренинговых упражнений по пройденным темам (2 упражнения)

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 2 СЕМЕСТРА – ЭКЗАМЕН

Экзамен состоит из 2-х заданий:

- Вопросы теоретического теста по предмету:

1. Актерский тренинг – это:
 - а) способ тренировки психофизического аппарата актера
 - б) способ заучивания текста роли
 - в) физические упражнения
2. Актерский тренинг разрабатывает:
 - а) тело актера
 - б) психику актера
 - в) психофизический аппарат актера
3. «Туалет актера» является:
 - а) индивидуальной разминкой актера
 - б) групповой разминкой
 - в) парной импровизацией
4. Термин «Туалет актера» введен:
 - а) М.Чеховым
 - б) В.Э. Мейерхольдом
 - в) К.С.Станиславским
5. Что из ниже перечисленного не является элементом индивидуальной разминки актера:
 - а) наблюдения
 - б) интенсивные физические упражнения
 - в) коммуникативные упражнения
6. Что тренируют упражнения на координацию?
 - а) воображение и фантазию
 - б) мышечный контролер
 - в) эмоциональную память
7. Роль «Внутреннего мускульного контролера» состоит в том, чтобы:
 - а) снимать излишнее мышечное напряжение
 - б) следить за тем, чтобы мышцы были совершенно свободны
 - в) держать мышцы в максимальном напряжении
8. Центр тяжести тела – это:
 - а) часть тела, удерживающая его в равновесии

- б) наиболее зажатая часть тела
 - в) центральная часть тела
9. Одним из путей к овладению импровизационным самочувствием является:
- а) практическое освоение элементов системы К.С.Станиславского
 - б) релаксация
 - в) медитация
10. Что является сценическим вниманием?
(Тренинг по системе К.С.Станиславского)
- а) рассматривание объектов сцены
 - б) слежение за игрой партнера
 - в) сосредоточение на каком-либо объекте сцены или вне сцены
11. Устойчивое внимание тренируется при помощи:
(Тренинг по системе К.С.Станиславского)
- а) воображения и магического «если бы»
 - б) физического напряжения и усилия
 - в) дискуссий и рассуждений
12. Сценическое внимание связано с:
(Тренинг по системе К.С.Станиславского)
- а) Личными переживаниями
 - б) Техническими задачами
 - в) Сосредоточенностью на действии самой пьесы
13. Сценическая атмосфера - это:
(Тренинг по системе К.С.Станиславского)
- а) газообразная оболочка, окружающая актера и связанная с химическим составом воздуха и влажностью.
 - б) окружающая условия обстановка, связанная с отношениями между людьми
 - в) характер эмоциональной жизни актера, связанный с эмоциональным зерном пьесы.
14. Что такое ПЖ в системе тренинга М.Чехова?
- а) первичный жест
 - б) повторный жест
 - в) психологический жест
15. В системе тренинга М.Чехова атмосфера – это:
- а) состояние
 - б) действие, процесс
 - в) субъективное чувство
16. Основной принцип биомеханики Мейерхольда:
- а) в работе участвует все тело
 - б) в работе участвует часть тела
 - в) в работе участвует несколько частей тела
17. Основным принципом тренинга Е. Грозовского является:
- а) развитие целостности актера (спонтанный поток тела, воплощенный в точных и конкретных деталях)
 - б) развитие различных самостоятельных частей: уроки гимнастики, вокала и т.д.
18. Кто из нижеперечисленных деятелей в результате своих исканий «открыл», что помимо известных резонаторов (таких как «маска», грудной, головной) существует множество

резонаторов, обычно не используемых актерами, таких как затылочный, брюшной, челюстной, позвоночный, тотальный?

- а) М.Чехов
- б) Е.Гротовский
- в) Дель-Сарт

19. Упражнения, основанные на принципах Контактной импровизации, направлены на:

- а) развитие индивидуальных качеств актера
- б) развитие навыков взаимодействия и партнерства
- в) обучение сольной импровизации

20. Одним из основных элементов Контактной импровизации является:

- а) работа с предметом
- б) акробатика
- в) работа с весом партнера

21. Цветовой игро-тренинг (работа с икебаной) предполагает выражение ощущений в:

- а) звуке
- б) движении
- в) звуке и движении

Ключ к вопросам:

1а, 2в, 3а, 4в, 5в, 6б, 7а, 8а, 9а, 10в, 11а,
12в, 13в, 14в, 15б, 16а, 17а, 18б, 19б, 20в, 21в.

- **Выполнение тематического комплекса упражнений тренинга**, составленного студентом (демонстрация навыка проведения тренинга на группе и участие в тренингах сокурсников) на тему тренинговых форм подготовки актера (тренинговые системы К.С. Станиславского, М. Чехова, В. Мейерхольда).

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 52.05.02
«Режиссура театра»
Автор (ы): Жуков С.Ю., доцент