

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
Московский государственный институт культуры**

**УТВЕРЖДЕНО  
Председатель УМС  
театрально-режиссерского факультета**

**Королев В.В.**  
.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**АКТЕРСКИЙ ПСИХОТРЕНИНГ**

**НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ**

**51.03.05 РЕЖИССУРА ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ**

**ПРОФИЛЬ ПОДГОТОВКИ/СПЕЦИАЛИЗАЦИИ**

**РЕЖИССЕР ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ**

**КВАЛИФИКАЦИЯ (СТЕПЕНЬ) ВЫПУСКА**

**БАКАЛАВР**

**ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

**ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ**

**(РПД адаптирована для лиц  
с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов)**

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

### ***Цели:***

Основной целью курса является подготовка высококвалифицированного специалиста – режиссера театрализованных представлений, способного профессионально ставить творческие задачи: исполнителю, а также в процессе обучения непосредственно принимать участие в исполнении этюдов, отрывков, номеров и представлений.

### ***Задачи:***

1. **Знать** основы фундаментальных и прикладных дисциплин в области режиссуры театрализованных представлений - современные методологические принципы и методические приемы.
2. **Уметь** разрабатывать и использовать технологии режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности; обосновывать инновационные режиссерские проекты театрализованных представлений и праздников и других форм праздничной культуры, применять базовые принципы сценарно-режиссерских технологий в решении новых постановочных задач.
3. **Владеть** применением технологий режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности.

## **МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Дисциплина «Актерский психотренинг» входит в состав Блока 1 «Дисциплины (модули)» и относится к обязательной части ОПОП по направлению подготовки 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников, профиль: Режиссер театрализованных представлений и праздников. Дисциплина «Актерский психотренинг» изучается в 1, 2 семестрах очного отделения, в 1,2 семестрах заочного отделения.

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения таких дисциплин, как

Основы режиссуры и мастерства актера, история и теория праздничной культуры, история и теория музыки, грим, Сценическое движение

В результате освоения дисциплины формируются знания, умения и навыки, необходимые для изучения следующих дисциплин и прохождения практик:

Сценарное мастерство, режиссура театрализованных представлений и праздников, основы продюсерского мастерства в театрализованных представлениях и праздниках, Психология творчества в театрализованном представлении, Музыка в ТП, Хореография в театрализованном представлении, Сценография, Речевые технологии, Спецэффекты в режиссуре ТП, Грим, Управление проектами в сфере культуры, Документоведение и делопроизводство в режиссуре ТП, методика работы с исполнителем и коллективом, Звукорежиссура, История эстрадного и циркового искусства, История и теория российского и зарубежного шоу-бизнеса, практика Учебная: ознакомительная, практика Учебная: творческая, практика Производственная: творческая, Государственная итоговая аттестация.

Взаимосвязь курса с другими дисциплинами ООП способствует планомерному формированию необходимых компетенций и углубленной подготовке студентов к решению специальных практических профессиональных задач.

## **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности) Режиссура театрализованных представлений и праздников, профиль: Режиссер театрализованных представлений и праздников.

***Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине***

№ п/п	Компетенция (код и наименование)	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
1	ПК-2 Готовность использовать технологии Режиссуры театрализованных представлений и праздников (средства, формы, методы и т.д.) для проведения информационно – просветительной работы, организации досуга населения.	<p>ПК-2.1 – Знает основные положения теории и практики режиссуры, профессиональную терминологию, сложившуюся в современном театральном искусстве; принципы репетиционной работы при подготовке театрализованных представлений.</p> <p>ПК-2.2 – Умеет различать особенности применения технологий режиссуры театрализованных представлений и праздников в соответствие с конкретными задачами профессиональной деятельности и в соответствии с запросами общества</p> <p>ПК-2.3-Владеет методикой реализации технологий режиссуры театрализованных представлений и праздников в связи с задачами организации в различных сферах социальной практики</p>	<p><b>Знать:</b> Основы фундаментальных и прикладных дисциплин в области режиссуры театрализованных представлений – современные методологические принципы и методические приемы.</p> <p><b>Уметь:</b> Разрабатывать и использовать технологии режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности.</p> <p><b>Владеть:</b> Применением технологий Режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности.</p>

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

#### 4.1 Объем дисциплины (модуля)

Объем (общая трудоемкость) дисциплины «Актерский психотренинг» для очной формы обучения составляет 4 з.е., 144 академических часа, из них контактных 68 акад.ч., СРС – 49 акад.ч., формы контроля - экзамен – 27 ч контроль, для заочной формы обучения – 4 з.е., 144 акад. часа, из них контактных 44, СРС – 87. Формы контроля – зачет и экзамен – 13

#### 4.2. Структура дисциплины для очной формы обучения

№ п/п	Тема/Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости Форма промежуточной аттестации
			ПГЗ	Семинары/ практические	Консультаци и	ИКР	СРС	
Раздел 1. Основные составляющие компоненты тренинговых систем (Туалет актера – комплекс упражнений, благодаря которому развивается сенсорная система, то есть органы чувств)								
1	Место и роль в тренинга в подготовке актера.	1	4				4	Упражнения для тренинга
2	Внимание как один из компонентов воспитания актера	1	4				4	Упражнения для тренинга
3	Мышечное напряжение и освобождение мышц	1	4				4	Упражнения для тренинга
4	Чувство правды и вера	1	4				4	Упражнения для тренинга
5	Память ощущений или аффективная память	1	4				4	Упражнения для тренинга
6	Воображение и фантазия	1	4				4	Упражнения для тренинга
7	Общение и взаимодействие	1	4				4	Упражнения для тренинга
8	Сценическое действие	1	6				4	Упражнения для тренинга
								Открытый урок-показ
Раздел 2. Тренинговые формы подготовки актера								
1	Общие методические характеристики тренинга мастерства	2	8				4	Упражнения для тренинга

	<i>актера по системе К.С. Станиславского</i>							
2	<i>Тренинговые системы М. Чехова</i>	2	8				4	Упражнения для тренинга
3	<i>Биомеханика Мейерхольда</i>	2	8				4	Упражнения для тренинга
4	<i>Технологические основы проведения тренинга</i>	2	10				5	Упражнения для тренинга
5	<i>Экзамен</i>	2						Тренинг-показ и экзамен по билетам 27 ч контроль
	<i>Итого</i>		68				49	27 ч контроль

Для заочной формы обучения

№ п/п	Тема/Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости Форма промежуточной аттестации
			групповые	Семинары/ практические	Индивидуаль ные	ИКР	СРС	
Раздел 1. Основные составляющие компоненты тренинговых систем (Туалет актера – комплекс упражнений, благодаря которому развивается сенсорная система, то есть органы чувств)								
1	Место и роль тренинга в подготовке актера.	1		1	1		6	Упражнения для тренинга
2	Внимание как один из компонентов воспитания актера	1		1	1		6	Упражнения для тренинга
3	Мускульное напряжение и освобождение мышц	1			1		6	Упражнения для тренинга
4	Чувство правды и вера	1		1	1		6	Упражнения для тренинга
5	Память ощущений или аффективная память	1		1	1		6	Упражнения для тренинга
6	Воображение и фантазия	1		1	1		6	Упражнения для тренинга
7	Общение и взаимодействие	1					5	Упражнения для тренинга
8	Сценическое действие	1		1			5	Упражнения для тренинга
	Зачет					10		Открытый урок

								показ – контроль 4
<b>Раздел 2. Тренинговые формы подготовки актера</b>								
1	Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского	2		1	2		10	Упражнения для тренинга
2	Тренинговые системы М. Чехова	2		1	2		10	Упражнения для тренинга
3	Биомеханика Мейерхольда	2		1	1		10	Упражнения для тренинга
4	Технологические основы проведения тренинга	2		3	1		11	Упражнения для тренинга
5	Экзамен	2						Тренинг-показ и экзамен по билетам-контроль - 9
						10		
	Итого			12	12	20	87	Контроль - 13

#### 4.4 СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИН

##### *Раздел 1. Основные составляющие компоненты тренинговых систем (туалет актера).*

##### **1.1. Место и роль тренинга в подготовке актера.**

Формирующие понятия: природа психофизического воспитания актера; этапность и становление актерского тренинга как способа воспитания и репетиционного процесса актера; развитие философской и психологической науки и их влияние на совершенствование тренинга актера; театральные культурные традиции и разные виды тренинговых систем; система Станиславского как первый научный подход к тренингу актера; принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века (Станиславский, Мейерхольд, Чехов и др.).  
*Упражнения для тренинга. «Знакомство» – «Угадай, кто это» – «Здравствуйте» - «Здесь и теперь».*

##### **1.2. Внимание как один из компонентов воспитания актера.**

Формирующие понятия: творческое сценическое внимание; устойчивое сценическое внимание (сосредоточенность); собранное (сконцентрированное) сценическое внимание; рассеянное сценическое внимание; внимание в жизни и на сцене; внимание формальное и творческое; сценическое внимание к воображаемым объектам; сценическое внимание актёра; сценическое внимание партнёра; виды сценического внимания; непрерывная линия сценического внимания; объект сценического внимания; правильный выбор объекта сценического внимания; объекты непроизвольного внимания; субъект сценического внимания; напряжение сценического внимания; круги сценического внимания.  
*Упражнения для тренинга.*

*«Человек-невидимка» - «Жмурки» – «Кто внимателен» – «Переходы» – «Семафор» – «Переходы со стульями» – «Передвижки» – «Перебежки» – «Творческая площадка» – «Кольцо» – «Фигуры перестановок» – «Лучшие места» – «Часы» – «Волчок» – «Хлопки» – «Отвечай!» – «Двойные хлопки» – «Теннисные мячи» – «Мячи и числа» – «Мячи и слова» – «Земля, воздух, вода» – «Песня» – «Держи свою мелодию» – «Координация движений» –*

*«Игра с носорогом» – «Координация движений с помощью песни» – «Пишущая машинка» – «Два шрифта» – «Испорченная пишущая машинка» – «Линотип» – «Плакат» – «Арифмометр» – «Отстающее зеркало» – «Змейка» – «Врезки» – «Комбинированное упражнение» – «Юлий Цезарь» – «Пересеченность» – «Чистая перемена» – «Сервировка» – «Ходить по сцене» – «Толпа».*

### **1.3. Мускульное напряжение и освобождение мышц**

Формирующие понятия: мышечное (мускульное) напряжение; физическое напряжение; нервное напряжение; творческое напряжение; необходимое напряжение; сильное (чрезмерное, максимальное) напряжение; бессмысленное (лишнее, излишнее, ненужное, бесплодное) напряжение; напряжение мышц; состояние покоя; мышечное расслабление; творческое расслабление; необходимое расслабление; динамика расслабления.

*Упражнения для тренинга.*

*«Вертикаль – горизонталь» – «Руки – ноги – корпус-голова» – «Разведка мышц» – «Норма напряжения» – «Мускульная энергия» – «Ртуть в пальце» – «Вошебный шарик» – «Укажи вдаль!» – «Переливаем энергию» – «Круговое переливание» – «Сорви персик!» – «Сад» – «Вес воображаемых вещей» – «Стакан и рояль» – «Гири – Чаши – Цепочка» – «Бросание предметов» – «Новоселье» – «Сложная перестановка» – «Тяжелая работа» – «Оправдание жеста» – «Постановка жеста» – «Прерванное движение» – «Непроизвольные жесты» – «Запрещенное движение» – «Японский прием со стулом» – «Случайная поза» – «Статуя» – «Скульптура по памяти» – «Буратино» – «Напряжения по заказу» – «Ревизоры напряжений» – «Оправдание поз в движении» – «Повтори позу!» – «Мысленное оправдание позы» – «Память движений» – «Вспомните упражнение!» – "Брито-стрижено" – «Режиссеры и актеры» – «Оправдание движений» – «По дороге домой».*

### **1.4. Чувство правды и вера**

Формирующие понятия: сценическая (художественная) правда; настоящая (подлинная, жизненная) правда; поиски сценической правды; правда общения; вера в правду переживаемых чувств; вера в правду производимых действий; осознание правды; ощущение правды; нахождение правды в чем – либо.

*Упражнения для тренинга.*

*«Снежки» – «Перестрелка» – «Приклеился» – «Суфлер» – «Переставить стул» – «Сидеть» – «Цель действия» – «Ждать» – «Предлагаемые обстоятельства времени и места» – «Встать и сесть» – «Отношение к предмету» – «Отношение к месту» – «Войти в дверь» – «Элементарные действия» – «Повторные действия» – «Каждый раз впервые!» – «Отыскивать правду!» – «Неправда» – «Больно!» – «Инстинктивные реакции».*

### **1.5. Память ощущений или аффективная память**

Формирующие понятия: предметный мир; отражение предметного мира; ощущение, восприятие, представление; восприятие зрительное, слуховое, осязательное, обонятельное, вкус; пространственное, цветное; повторное ощущение; сужение сознания и выделение объекта; возбуждение эмоциональной памяти; манки: внешние и внутренние; объем памяти; временная связь.

*Упражнения для тренинга.*

*«Видящие пальцы» – «Беру вещь» – «Угадай предмет!» – «Вспомни осязание!» – «Узнай товарища!» – «Память пальцев» – «Кассир и покупатель» – «Контролер» – «Палочка» – «Узнавалочка» – «Кто подошел?» – «Душ» – «Зима» – «Лето» – «Слушать-смотреть» – «Вспоминать-осознать» – «Вошебный тазик» – «Вошебный тазик партнера» – «Стакан чая» – «Ощутите запах!» – «Вспомните запах!» – «Цветочный магазин» – «Пожар» – «Флаконы» – «Вошебный графин» – «Лимон» – «Вспомните вкус!» – «Настроение» – «Физическое самочувствие» – «Память пяти органов чувств» – «Условия урока».*

### **1.6. Воображение и фантазия**

Формирующие понятия: творческое воображение; актерское воображение; активное (пассивное) воображение; тренировка воображения; развитие воображения.

Упражнения для тренинга.

*«Невозможные фигуры» - «Лабиринт» – «Акробат» - «Волшебный карандаш» - «Чехарда» – «Термометр» – «Пульс» – «Антивремя» – «Телепатия» - «Бег ассоциаций» – «Домино» – «Чудеса техники» – «Синестезии» – «Перевоплощение» – «Групповая картина» – «Сочини рассказ» – «Сочини сказку» – «Построй памятник» – «Небывалая история» – «Легенда» – «История вещи» – «Биография» – «Вертикаль» - «Горизонталь» – «Посыл» – «Импульс» – «Жест».*

### **1.7. Общение и взаимодействие**

Формирующие понятия: действенное сценическое общение; верное сценическое общение; непрерывное сценическое общение; взаимное сценическое общение; прямое и непосредственное сценическое общение; косвенное сценическое общение; внутреннее и внешнее сценическое общение; мысленное (безмолвное молчаливое); бессловесное (словесное) сценическое общение; общение с партнером; сценическое общение с живым объектом; сценическое общение с воображаемым объектом; сценическое общение с залом; объект сценического общения; взаимность сценического общения; непрерывность (процесс) сценического общения; лучеиспускание; лучевосприятие.

Упражнения для тренинга

*«Подарок» – «Лови кастрюлю!» – «Качели» – «Тень» – «Сиамские близнецы» – «Зеркало» – «Клубок ниток» – «Парное оправдание поз» – «Перехват» – «Двойной перехват» – «Парное действие» – «Пилим дрова» – «Насосы» – «Лодка» – «Перетягивание каната» – «Озвученные действия» – «Лучеиспускание и лучевосприятие» – «Физическая природа общения» – «Через окно» – «Сцепка» – «Что-то случилось!» – «Над кем смеетесь?» – «Изобретатели» – «Два ассистента» – «Пристройка» – «Двое на скамейке» – «Перемена отношения к партнеру» – «Словесное воздействие» – «В эфире» – «Разговор по телефону» – «Переговорный пункт».*

### **1.8. Сценическое действие**

Формирующие понятия: необходимое физическое действие; простое физическое действие; правда физических действий; линия физических действий; логика и последовательность физических действий; выполнение физических действий; действие на сцене; действие в предлагаемых обстоятельствах; действие внутреннее (внешнее); действие активное; действие подсознательное; действие автоматическое; действие “вообще”; действие от первого лица; действие от третьего лица; действие от своего имени.

Упражнения для тренинга.

*«Борьба на канате» - «Разминка спортсмена» – «Бегу» – «Иду - Ползу-Прыгаю –Лежу – Сижу» – «Спрячь предмет» - «Найди предмет» - «Салочки» – «Прятки» – «Стыковка» - «Сооруди баррикаду» – «Снежная крепость» – «Отбей атаку» – «Ковбои» – «Попади в мишень» – «Задай вопрос» - «Найди ответ» - «Парируй фразу» – «Разыгрывание скетчей» – «репетиция поведения» – «Рисование с партнером» – «Сжатие рук» – «Сидящий и стоящий» – «Создание групповой фрески».*

## **Раздел 2. Тренинговые формы подготовки актера.**



## **2.1. Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского**

Формирующие понятия: этапность и становление актерского тренинга как способ воспитания и репетиционного процесса актера; развитие философской и психологической науки и их влияние на совершенствование тренинга актера; научный подход к тренингу актера; учение К.С. Станиславского; элементы системы К.С. Станиславского: память, воображение, фантазия, внимание, предлагаемые обстоятельства, сценическое действие, задача, цель, сверхзадача, атмосфера, физическое самочувствие, конфликт, событие и др.; индивидуальная разминка, групповая разминка.

*Упражнения для тренинга*

*«Игры с собственным телом» – «Водоросли» – «Эскалатор» - «Борьба на канате» - «Великан» – «карлик» - «Ритм по кругу» - «Оживление пространства».*

## **2.2. Тренинговые системы М. Чехова**

Формирующие понятия: Внимание; процесс внимания (держу, притягиваю, устремляю, проникаю); объект внимания; воображение; гибкость воображения; репетиции в воображении; атмосфера; пустое пространство; атмосфера повседневной жизни; две атмосферы; борьба атмосфер; сильная атмосфера; объективная атмосфера; субъективные чувства; конфликт атмосферы и действующего лица; атмосфера и содержание; внутренняя динамика атмосферы; миссия атмосферы; общая атмосфера; индивидуальные чувства; окраска; действие с окраской; сложное действие; сложная окраска; жест; психологический жест (ПЖ); индивидуальный жест; общий жест; жест раскрытия; жест закрытия; практическое применение ПЖ; фантастический ПЖ; ПЖ роли; ПЖ отдельных моментов роли; ПЖ отдельной сцены; ПЖ партитуры атмосфер; ПЖ для речи; восприимчивость к ПЖ; душевный импульс; излучение внутренней силы; воображаемое пространство; воображаемое время; воображаемый центр в груди; формирующие движения; плавные движения; режущие движения; излучающие движения; четыре качества искусства (легкость, форма, целостность, красота); образ; вопросы образу; видимый ответ; внутренняя жизнь образа; воплощение образа; характерность; воображаемое тело; воображаемый центр; импровизация; чистая форма импровизации; основа импровизации; индивидуальная импровизация; групповая импровизация; актерский коллектив; восприимчивость; активность (внутренняя, вокруг); чувство стиля; творческая индивидуальность; переживание творческой индивидуальности; три сознания.

*Упражнения для тренинга*

*«Представь и рассмотри знакомое место» – «Знакомое место глазами иностранца» – «Незнакомое место» – «Трансформация знакомого места в неизвестное» – «Трансформация персонажа (из царевны в лягушку)» – «Фантастические превращения» – «Амнезия» - «Представь атмосферу» – «Создай атмосферу» – «Поменяй атмосферу» – «Разрушь атмосферу» – «Икебана (пластическое выражение икебаны, голосовое выражение икебаны)» - «Как указывает слово» – «Оправдай движение» – «Найди ПЖ (цветов, растений, пейзажа, архитектурной конструкции и т.д.)» - «Пройди сквозь воду» – «Полет» – «Стреляющее тело» - «Нарисуй телом» – «Идем за центром» – «Перетекания центра» - «Импровизации из точки в точку (индивидуальные, парные, групповые)».*

## **2.3. Биомеханика Мейерхольда**

Формирующие понятия: тело в движении; трудности управления движением; степень свободы при движении; преодоление избыточной степени свободы

в движении; упругость мышц; координация движений; построение движений; уровни построения движений; уровень тонуса; уровень мышечно-суставных связей; пространственное поле и движение в нем; уровень действий; коррекция автоматизма; разновидности движений- двигательный навык; построение двигательного навыка.

#### *Упражнения для тренинга*

*«Шаг- Бег- Прыжок- Подскок- Ползание» - «Лазание по горизонтали, по вертикали, наклонной, пересеченной плоскостям» - «Приседания» - «Руки – ноги – корпус – голова» - «Метание предмета» – «Толкание предмета» - «Управление предметом» - «Бодибилдинг» - «Старт и финиш» - «Движение по ровной, наклонной, пересеченной плоскости» – «Драка» - «Схватка» - «Столкновение» - «Стенка на стенку» – «Футбол» - «Ручной мяч» - «Двигатель» - «Движитель» - «Движение машин» - «Перенос-передача предмета».*

#### **2.4. Технологические основы проведения тренинга**

Формирующие понятия: Способы ведения тренинга; психогимнастические упражнения; игровые методы; групповая дискуссия.

#### *Упражнения для тренинга*

*Разминка: утренняя, производственная и профессиональная; по видам спорта - Подвижные игры, разогревающие игры, ролевые и деловые игры - Релаксирующие упражнения - Упражнения коррекционные - Групповые дискуссии - «Беседы с Сократом» – «Суд»- «Ток-шоу».*

### **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Виды учебных занятий</b>	<b>Образовательные технологии</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Раздел 1. Основные составляющие компоненты тренинговых систем</b> <i>(Туалет актера – комплекс упражнений, благодаря которому развивается сенсорная система, то есть органы чувств)</i>			
1	<i>Место и роль тренинга в подготовке актера.</i>	<i>Лекция</i>	<i>Вводная лекция</i>
2	<i>Внимание как один из компонентов воспитания актера</i>	<i>Лекция Самостоятельная работа</i>	<i>Упражнения для тренинга в формате мастер-класс</i>
3	<i>Мышечное напряжение и освобождение мышц</i>	<i>Лекция Самостоятельная работа</i>	<i>Упражнения для тренинга в формате мастер-класс</i>
4	<i>Чувство правды и вера</i>	<i>Лекция Самостоятельная работа</i>	<i>Упражнения для тренинга в формате мастер-класс</i>
5	<i>Память ощущений или аффективная память</i>	<i>Лекция Самостоятельная работа</i>	<i>Упражнения для тренинга в формате мастер-класс</i>
6	<i>Воображение и фантазия</i>	<i>Лекция Самостоятельная работа</i>	<i>Упражнения для тренинга в формате мастер-класс</i>

		<i>работа</i>	
7	<i>Общение и взаимодействие</i>	Лекция  Самостоятельная работа	Упражнения для тренинга в формате мастер-класс
8	<i>Сценическое действие</i>	Лекция  Самостоятельная работа	Упражнения для тренинга в формате мастер-класс
	<i>Зачет</i>		Открытый урок-показ
<b>Раздел 2. Тренинговые формы подготовки актера</b>			
1	<i>Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского</i>	Лекция  Самостоятельная работа	Упражнения для тренинга в формате мастер-класс
2	<i>Тренинговые системы М. Чехова</i>	Лекция  Самостоятельная работа	Упражнения для тренинга в формате мастер-класс
3	<i>Биомеханика Мейерхольда</i>	Лекция  Самостоятельная работа	Упражнения для тренинга в формате мастер-класс
4	<i>Технологические основы проведения тренинга</i>	Лекция  Самостоятельная работа	Упражнения для тренинга в формате мастер-класс
5	<i>Экзамен</i>		Тренинг-показ и экзамен по билетам

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Текущий контроль выполнения заданий (контроль формирования компетенций) осуществляется регулярно, начиная с первой недели семестра (входящий контроль). Контроль и оценивание выполнения таких заданий как тренинг-упражнения являются практической подготовкой к защите на зачете и в последствии на экзамене. Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи выполнения тренинг-упражнений в завершении изучения каждого раздела. Система текущего контроля успеваемости служит не только оценке уровня компетентностной подготовки обучающегося и способствует в дальнейшем наиболее качественному и объективному оцениванию его в ходе промежуточной аттестации, но и самооценке обучающегося, стимулируя его усилия.

Промежуточная аттестация по дисциплине «**Актерский психотренинг**» проводится в форме зачета и экзамена. Студенты выполняют задание по основным составляющим компонентам тренинговых систем.

### **6.1. Критерии оценки результатов по дисциплине**

## КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ЗАЧЕТА (ЭКЗАМЕНА)

Зачет проводится в практической форме:

1. Работа студента в процессе психофизического тренинга.
2. Студент представляет педагогу разработку и постановку тренинг-этюда на память физических действий.

### 6.1. Система оценивания

Оценка по дисциплине	Компетенция	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
«отлично» /«зачтено»	ПК-2	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Студент проявляет активность в выполнении упражнений и заданий, четко следует рекомендациям преподавателя, проявляет инициативу в процессе психофизического тренинга.</li><li>2. Студент работает в этюде на память физических действий точно, внимательно и логично, точно соблюдая характер работы задействованных мышц.</li><li>3. Студент проявляет активность в выполнении упражнений, одиночных, парных и массовых этюдов, четко следует рекомендациям преподавателя, проявляет инициативу в процессе психофизического тренинга.</li><li>4. Этюд выстроен верно по законам драматургии, верно и точно воспроизведены черты внутренней и внешней характеристики образа, точно определена логика действенной линии образа, выразительные средства (речь, пластика, грим, костюм) соответствуют данному образу.</li></ol>
«хорошо» /«зачтено»	ПК-2	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Студент проявляет активность в выполнении упражнений и заданий, четко следует рекомендациям преподавателя, но не проявляет инициативу в процессе психофизического тренинга.</li><li>2. Студентом допущены мелкие неточности в этюде на память физических действий</li><li>3. Студент проявляет активность в выполнении упражнений и заданий, четко следует рекомендациям преподавателя, но не проявляет инициативу в процессе психофизического тренинга.</li><li>4. Допущены мелкие неточности при создании этюда и образа, излишество или недостаток выразительных средств, допущены небольшие неточности при определении предлагаемых обстоятельств и задач, стоящих перед образом.</li></ol>
«удовлетворительно» /«зачтено»	ПК-2	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Студент не проявляет особенной активности в процессе выполнения упражнений, четко следует рекомендациям преподавателя, но допускает ошибки и неточности.</li><li>2. Студентом не проявляет особенной</li></ol>

		<p>активности, допускает ошибки и неточности в этюде на память физических действий.</p> <p>3. Студент не проявляет особенной активности в процессе выполнения упражнений, четко следует рекомендациям преподавателя, но допускает ошибки и неточности.</p> <p>4. Предлагаемые обстоятельства определены неточно, нарушена логика и последовательность в поведении образа, при воспроизведении черт внутренней и внешней характеристики образа допущены ошибки, выразительные средства не всегда соответствуют данному образу.</p>
«неудовлетворительно» /«не зачтено»	ПК-2	<p>1. Студент не справляется с поставленной задачей.</p> <p>2. Этюд выстроен с грубыми ошибками или работа не выполнена.</p>

## 6.2. Критерии оценки результатов по дисциплине

Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
«отлично»/ «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если компетенция(ии), закрепленная за дисциплиной, сформирована (по индикаторам/результатам обучения в формате знать-уметь-владеть) в полном объеме на уровне «высокий», и обучающийся демонстрирует как результат обучения следующие знания, умения и навыки: обучающийся глубоко и прочно усвоил теоретический и практический материал, продемонстрировал это на занятиях и в ходе промежуточной аттестации.</p> <p>Обучающийся исчерпывающе и логически стройно излагает учебный материал, умеет сочетать теорию с практикой, справляется с решением задач профессиональной направленности высокого уровня сложности, правильно обосновывает принятые решения.</p> <p>Свободно ориентируется в учебной и профессиональной литературе.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p>
«хорошо»/ «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если он знает теоретический и практический материал, грамотно и по существу излагает его на занятиях и в ходе промежуточной аттестации, не допуская существенных неточностей.</p> <p>Обучающийся правильно применяет теоретические положения при решении практических задач профессиональной направленности разного уровня сложности, владеет необходимыми для этого навыками и приёмами.</p> <p>Достаточно хорошо ориентируется в учебной и профессиональной литературе.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p>

Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
	Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «хороший».
«удовлетворительно»/ «зачтено»	Выставляется обучающемуся, если он знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает отдельные ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает определённые затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, владеет необходимыми для этого базовыми навыками и приёмами. Демонстрирует достаточный уровень знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «достаточный».
«неудовлетворительно»/ не зачтено	Выставляется обучающемуся, если он не знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции на уровне «достаточный», закреплённые за дисциплиной, не сформированы.

**6.3. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Актерский психотренинг».**

Текущий контроль успеваемости проходит в формате тестирования.

№	Компетенция (часть компетенции)	Вопрос	Варианты ответов
1	ПК-2 Готовность использовать технологии	<b>Основная преобладающая форма проведения занятий по актерскому психотренингу:</b>	а - семинар; б - лекция; в - игра; г – самостоятельная работа.

	Режиссуры		
2	театрализованных представлений и праздников (средства, формы, методы и т.д.)	Упражнение «Круги внимания» выполняется для развития и тренировки:	а - зрения; б - слуха; в - речи; г - памяти.
3	для проведения информационно – просветительной работы, организации досуга населения.	Идеальное количество участников для упражнения «Живой квадрат»:	а – 2 человека; б – 4 человека; в – 6-8 человек; г – 15-20 человек.
4		Упражнение «снежный ком» развивает:	а - зрение; б - слух; в – навыки командной работы; г - память.
5		В ходе упражнения «Трансформация предмета» обучающийся:	а - создает в своем воображении из заданного предмета другой; б - изображает заданный предмет средствами собственного тела и мимики; в - создает нужный предмет из подручных средств; г - находит в аудитории предметы, ассоциативно похожие на заданный предмет.
6		Упражнение «тело на колок» используется для:	а - снятия мышечных зажимов и ощущения тревоги перед выходом на сцену; б - отработки навыков сценического боя; в - создания образа «деревенского простака»; г - растяжки и закаливания мышц спины.
7		Чья система в наибольшей степени ориентирована на физическое развитие и подготовку артиста:	а - К.С. Станиславский б - М.А. Чехов в - В.Э. Мейерхольд г - Б. Брехт
8		Сколько кругов традиционно выделяют в предлагаемых обстоятельствах?	а - 2 б - 3 в - 4 г - сколько угодно
9		Какие качества развивает упражнение «испорченный телефон»?	а - силу и выносливость б - скорость реакции в - взаимодействие в команде г - воображение и фантазию
10		При выполнении упражнения «Броуновское	а - передвигаться, держась за руки

		движение» участники должны:	б - передвигаться каждый по своей траектории по периметру пространства, не заходя в центр в - передвигаться каждый по своей траектории, полностью занимая все пространство г - передвигаться исключительно с определенной скоростью
--	--	-----------------------------	---

### Ключи к тестовому заданию

№ вопроса	Правильный ответ
1	в
2	б
3	в
4	г
5	а
6	а
7	в
8	б
9	г
10	в

### Критерии оценки (в баллах) в целом по тестированию предмета:

- в случае если из общего числа вопросов менее 50 % правильных ответов, при данном уровне результатов тестирование признается неудовлетворительным/ незачтено;
- в случае если из общего числа вопросов дано 50-74% правильных ответов тестирование признается удовлетворительным/ зачтено;
- в случае если из общего числа вопросов дано 75-95% правильных ответов результат тестирования признается хорошим/ зачтено;
- в случае если из общего числа вопросов правильные ответы даны на 96-100% вопросов, результат тестирования признается отличным/ зачтено.

*Промежуточная аттестация по дисциплине – экзамен – проходит в формате Открытого урока-показа. Студент выполняет задания по следующим разделам*

1. Внимание - «Кто внимателен» – «Передвижки» – «Перебежки» - «Координация движений» – «Координация движений с помощью песни и др.
2. Мускульное напряжение и освобождение мышц - «Сад» – «Вес воображаемых вещей» - «Бросание предметов» – «Новоселье» – «Сложная перестановка» – «Тяжелая работа» – «Режиссеры и актеры»
3. Чувство правды и вера - «Суфлер» -«Переставить стул» «Встать и сесть» – «Отношение к предмету» – «Отношение к месту» – «Войти в дверь»



4. Память ощущений или аффективная память - «*Стакан чая*» – «*Ощутите запах!*» – «*Вспомните запах!*» – «*Цветочный магазин*» – «*Пожар*» – «*Флаконы*» – «*Вошебный графин*» – «*Лимон*» - «*Вспомните вкус!*» – «*Настроение*» –
5. Воображение и фантазия - «*Невозможные фигуры*» - «*Лабиринт*» – «*Акробат*» - «*Вошебный карандаш*» - «*Чехарда*»
6. Общение и взаимодействие - «*Изобретатели*» – «*Два ассистента*» – «*Пристройка*» – «*Двое на скамейке*» – «*Перемена отношения к партнеру*» – «*Словесное воздействие*»
7. Сценическое действие - «*Разминка спортсмена*» – «*Бегу*» – «*Иду - Ползу-Прыгаю - Лежу –Сажу*» – «*Спрячь предмет*» - «*Найди предмет*»

Защита ориентирована на проверку сформированности компетенции ПК-2; знать основы фундаментальных и прикладных дисциплин в области режиссуры театрализованных представлений – современные методологические принципы и методические приемы. (ПК-2).

Контроль обучающихся по дисциплине «Актёрский психотренинг» проходит в формате экзамена. Состоит из двух частей. Вопросы по билетам и тренинг-показ. *Студент готовит ряд практических заданий для тренинг-показа. Это могут быть следующие задания:*

1. Продумать способы ведения тренинга;
2. Сформировать психогимнастические упражнения;
3. Определить игровые методы;
4. Придумать урок на тему
  - *Разминка: утренняя, производственная и профессиональная;*
  - *по видам спорта - Подвижные игры, разогревающие игры, ролевые и деловые игры –*
  - *Релаксирующие упражнения - Упражнения коррекционные -*
  - *Групповые дискуссии - «Беседы с Сократом» – «Суд»- «Ток-шоу».*

Примерные вопросы для экзамена:

1. Место и роль тренинга в подготовке актёра
2. Природа психофизического воспитания актёра;
3. Эпность и становление актёрского тренинга как способа воспитания и репетиционного процесса актёра;
4. Театральные культурные традиции и разные виды тренинговых систем;
5. Система Станиславского как первый научный подход к тренингу актёра;
6. Принципы тренинга в русских театральных течениях начала XX века (Станиславский, Мейерхольд, Чехов и др.).
7. Внимание как один из компонентов воспитания актёра. Формирующие понятия
8. Творческое напряжение
9. Чувство правды и вера
10. Память ощущений или аффективная память
11. Воображение и фантазия
12. Общение и взаимодействие
13. Действенное сценическое общение
14. Бессловесное (словесное) сценическое общение; общение с партнером; сценическое общение с живым объектом;
15. Непрерывность (процесс) сценического общения; лучеиспускание; лучевосприятие.
16. Сценическое действие. Формирующие понятия
17. Тренинговые формы подготовки актёра.

18. *Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского*
19. *Тренинговые системы М. Чехова*
20. *Биомеханика Мейерхольда*
21. *Технологические основы проведения тренинга. Формирующие понятия:*
22. *Способы ведения тренинга;*
23. *Психогимнастические упражнения;*
24. *Игровые методы;*
25. *Групповая дискуссия.*

*Экзамен ориентирован на проверку сформированности конкретных компетенций (ПК-2), таких как*

**Уметь:** разрабатывать и использовать технологии режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности;

**Владеть:** применением технологий режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности.

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### *7.1. Список литературы и источников*

*Основная:*

*а) основная литература:*

- 1) Актерский тренинг по системе Станиславского. Упражнения и этюды [Текст] : [учеб. пособие] / [сост. О. Лоза]. - М. ; СПб : АСТ : АСТ Москва : Полиграфиздат : Прайм-Еврознак, 2010. - 179 с. - (Золотой фонд актерского мастерства).
- 2) Полищук, Книга актерского мастерства. Всеволод Мейерхольд / В. Полищук. - М. ; Владимир : АСТ : ВКТ, 2010. - 222, [1] с. : ил. - (Золотой фонд актерского мастерства. Актерский тренинг). - Библиогр.: с. 223
- 3) Сарабьян, Актерский тренинг по системе Георгия Товстоногова [Текст] : [учеб. пособие] / Э. Сарабьян. - М. ; Владимир : АСТ : ВКТ, 2010. - 309 с. - (Золотой фонд актерского мастерства). - Библиогр.: с. 308-309.
- 4) Ершов, Технология актерского искусства. Очерки [Текст] / П. М. Ершов. - М. : Всерос. театр. о-во, 1959. - 308 с., [12] л. ил. - 15-.
- 5) Кипнис, М.Ш. 128 лучших игр и упражнений для любого тренинга. Актерский тренинг: 128 лучших игр и упражнений для актера, режиссера, тренера [Текст] : [учеб. пособие] / М. Ш. Кипнис. - М. ; СПб. : АСТ : АСТ Москва : Прайм-Еврознак, 2009. - 287 с. - (Золотой фонд актерского мастерства. Актерский тренинг). - Библиогр.: с. 286-287.

*б) дополнительная литература:*

1. Актерский тренинг по системе Станиславского.- М., 2009.
2. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. –СПб.,2003.
3. Грачева Л.В. Актерский тренинг: теория и практика.- СПб.,2003.
4. Кипнис М. Актерский тренинг. – М., 2009.
5. Ливанова Е.А. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. - СПб., 2008.
6. Мастерство актера в терминах Станиславского. - М., 2010.
7. Никандров В.В. Антитренинг, или Контуры нравственных и теоретических основы психотренинга. – СПб.,2003.
8. Полищук В. Книга актерского мастерства. Всеволод Мейерхольд.- М., 2010.
9. Сидоренко Е.В. Технология создания тренинга.- СПб., 2008.
10. Мейерхольд Вс. Творческое наследие.-М., 1978.

11. Мочалов Ю. Композиция сценического пространства.-М., 1981.

12. Немирович-Данченко Вл. И. О творчестве актера.- М., 1973.

*Для самостоятельной работы по дисциплине обучающиеся используют следующее учебно-методическое обеспечение:*

- 1) О невербальных сигналах тела. // код доступа: [http://www.youtube.com/watch?v=C73fJ8\\_UAdo&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=C73fJ8_UAdo&feature=related)
- 2) Тренинг мастерства актера, разработанный С.В. Клубковым. Тренинг состоит не только из авторских упражнений, сочинённых С. В. Клубковым, его единомышленниками и учениками, но и из традиционных упражнений русской театральной школы. Важно, что все эти упражнения выстроены в строго определённой логике и последовательности // код доступа: <http://www.youtube.com/watch?v=dBh-dKXZdjA&feature=related>  
<http://www.youtube.com/watch?v=ANVrsLlmR98>  
<http://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbmNhY3RvcmdhbWVzfGd4OjNmMjAwYjc3ZGYzNjZkNjk>
- 3) Мастер-класс по сценическому движению от преподавателя СПбГАТИ Сергея Ходченкова. Занятие в старшей группе студии "Я - Актер!" в ДК им. Горького. Группа выполняет упражнение на взаимодействие с партнером - необходимо одновременно с выбранным партнером подпрыгнуть, а затем задание усложняется - к прыжку добавляется синхронный хлопок. Простое на первый взгляд упражнение требует от студентов сосредоточенности и концентрации. // код доступа: <http://www.youtube.com/watch?v=M2TymtCbDFQ>
- 4) Беседы Гордона по технологии творчества // код доступа: <http://www.univertv.ru/>
- 5) Театральная библиотека. На сайте представлены книги по мастерству актера и режиссуре // код доступа: <http://raulduke.ucoz.ru/>
- 6) Чехов Михаил Александрович (1891–1955) – сайт о творчестве с биографией и публикациям.// код доступа: <http://www.mihail-chehov.ru/index.php/mihailchehov/biografija>
- 7) Сайт для iPhone, iPod [Touch, Nano, Classic], PSP представлены эксклюзивные материалы [фильмы, спектакли, музыка и т.п.] // код доступа: [http://ipokd.ucoz.ru/load/ezhi\\_grotofskij\\_quot\\_akropol\\_quot\\_mp4/3-1-0-228](http://ipokd.ucoz.ru/load/ezhi_grotofskij_quot_akropol_quot_mp4/3-1-0-228)
- 8) TV ТОРРЕНТ Славы Янко. Телевизионные программы телеканала «Культура», в том числе: Сезон Станиславского – 2010, Телеверсия VI Международного театрального фестиваля. // код доступа: [http://tvtorrent.ru/feed/all\\_1/channel\\_5\\_1/](http://tvtorrent.ru/feed/all_1/channel_5_1/)

*Основная литература:*

- 1) Актерское мастерство [Электронный ресурс] / Артур, Мария; под ред. Артура Бартоу; пер. с англ. [М. Десятова]. - Москва: Альпина Паблишер, 2013. - 403, [1] с.; 22. - Заг. ориг.: Training of the american actor. - New York: Theatre Communications Group. - Библиогр. в конце ст. - ISBN 978-5-91671-243-8.
- 2) Мейерхольд, В. Э. Наследие Кн. 3: Студия на Поварской, май - декабрь 1905 / В. Э. Мейерхольд. - М.: Новое изд-во, 2010. - 782 с.: ил. - ISBN 978-598379-148-0: 400-.
- 3) Сарабян Э. Актерский тренинг по системе Георгия Товстоногова: [учеб. пособие] / Э. Сарабян. - М.; Владимир: АСТ : ВКТ, 2010. - 309 с. - (Золотой фонд актерского мастерства). - Библиогр.: с. 308-309. - ISBN 978-5-17-066557-0. - ISBN 978-5-226-02212-8: 247-17; 200-.

*Дополнительная литература:*

- 1) Муравьев, И. Н. Режиссура и мастерство актера: уч.-метод. пособие для студентов направления: звукорежиссура культ. массовых представлений и концерт. прогр. / И. Н. Муравьев; Моск. гос. ин-т культуры. - М.: МГУКИ, 2014. - 83 с. - 220
- 2) Захава Б. Е. Мастерство актера и режиссера [Электронный ресурс]: [учеб. пособие] / Б. Е. Захава; Захава Б.Е. - Москва: Планета музыки, 2013. - ISBN 978-5-8114-1575-5.

- 3) Станиславский, К. С. Работа актера над собой / К. С. Станиславский. О технике актера / М. А. Чехов / К. С. Станиславский; [вступ. ст. О. А. Радищевой]. - М.: Артист. Режиссер. Театр, 2003. - 487, [1] с.: ил. - ISBN 5-87334-047-1 : 244-.
- 4) Немирович-Данченко, В. И. О творчестве актера [Текст]: хрестоматия : [для высш. и сред. театр. учеб. заведений] / В. И. Немирович-Данченко ; сост. и авт. вступ. ст. В. Я. Виленкин. - М.: Искусство, 1973. - 487 с., [1] л. ил. - 1-38.

## **7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».**

- Библиографические записи электронных ресурсов составляется в соответствии с требованиями ГОСТ 7.82-2001 «Библиографическая запись. Библиографическое описание электронных ресурсов. Общие требования и правила составления».

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется следующая информационная справочная система: электронно-библиотечная система eLibrary.

Доступ в ЭБС:

- ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»
- ООО «Издательство Лань»
- ООО «Компания Ай Пи Ар Медиа»
- ООО «Центральный коллектор библиотек «БИБКОМ»

## **8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **8.1. План открытого урока. Тренинг-упражнения на:**

1. Внимание - «Кто внимателен» – «Передвижки» – «Перебежки» - «Координация движений» – «Координация движений с помощью песни и др.
2. Мускульное напряжение и освобождение мышц - «Сад» – «Вес воображаемых вещей» - «Бросание предметов» – «Новоселье» – «Сложная перестановка» – «Тяжелая работа» – «Режиссеры и актеры»
3. Чувство правды и вера - «Суфлер» -«Переставить стул» «Встать и сесть» – «Отношение к предмету» – «Отношение к месту» – «Войти в дверь»
4. Память ощущений или аффективная память - «Стакан чая» – «Ощутите запах!» – «Вспомните запах!» – «Цветочный магазин» – «Пожар» – «Флаконы» – «Волшебный графин» – «Лимон» - «Вспомните вкус!» – «Настроение» –
5. Воображение и фантазия - «Невозможные фигуры» - «Лабиринт» – «Акробат» - «Волшебный карандаш» - «Чехарда»
6. Общение и взаимодействие - «Изобретатели» – «Два ассистента» – «Пристройка» – «Двое на скамейке» – «Перемена отношения к партнеру» – «Словесное воздействие»
7. Сценическое действие - «Разминка спортсмена» – «Бегу» – «Иду - Ползу-Прыгаю – Лежу –Сажу» – «Спрячь предмет» - «Найди предмет»

Список литературы:

1. Ершов П. М. Технология актерского искусства. - М., 1992.
2. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. - М., 1984.
3. Петров. В.А. Нулевой класс актера. - М.,1985.
4. Шихматов Л.М. Сценические этюды. -М., 1971.
5. Актерский тренинг по системе Станиславского.- М., 2009.
6. Грачева Л.В. Актерский тренинг: теория и практика.- СПб.,2003.
7. Кипнис М. Актерский тренинг. – М., 2009.
8. Ливанова Е.А. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. - СПб., 2008.

## **8.2. Методические рекомендации к самостоятельной работе студентов**

Самостоятельная работа студентов выражается в самостоятельном выполнении заданий педагога по конкретной теме, а также в разминках и тренингах предшествующих творческой работе – репетициям, показам, спектаклям.

### **1 семестр**

#### **Раздел 1. Основные составляющие компоненты тренинговых систем (туалет актера)**

##### **1.1. Место и роль тренинга в подготовке актера**

- 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».

##### **1.2. Внимание как один из компонентов воспитания актера**

- 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.
- Прочитайте раздел книги «Творческое внимание» К.С. Станиславского «Работа актера над собой».

Опишите, что называется:

- «объектом» и «субъектом» сценического внимания»
- «кругами сценического внимания», вниманием в жизни и на сцене
- «сценическим вниманием» к воображаемым объектам.

В перерывах между занятиями дисциплины «Актерский психотренинг» проводите индивидуальную разминку и включайте в нее упражнения на внимание. В творческом дневнике отражайте дату проведения разминки, общее время, упражнения, самочувствие и динамику упражнения.

##### **1.3. Мускульное напряжение и освобождение мышц**

- 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.

- 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).

- В интернет ресурсах ознакомьтесь с теорией «мышечного и психологического панциря» Вильгельма Райха. Опишите ее суть.

##### **1.4. Чувство правды и вера**

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

- Выработайте 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.

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

### **1.5. Память ощущений или аффективная память**

- Дайте определение термину «память». Что такое память зрительная (визуальная), моторная (кинестетическая), звуковая (аудиальная), вкусовая, болевая?

-Какие Вы знаете мифы, легенды, сказки о памяти. Опишите краткое содержание. Что нового Вы узнали о памяти и как это знание применять в тренинге.

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

### **1.6. Воображение и фантазия**

- В перерывах между занятиями дисциплины «Актерский психотренинг», 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.

- Составьте таблицу и выпишите определения, относящиеся к воображению и фантазии; в чем общность и различие; как развивать воображение и фантазию.

- Что произойдет, если у Вас вырастут крылья. Куда бы Вы полетели? Опишите Вашу фантазию в дневнике.

**1.7. Общение и взаимодействие** 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:

а)- краткую характеристику человека: пол, примерный (или точный) возраст, предполагаемое профессиональное занятие, манеру общения (обычную, характеризующую человека);

б)- дату, время и место наблюдения;

с)- ситуацию, в которой находится наблюдаемый;

д)- 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; е)- 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.

### **1.8. Сценическое действие**

- 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».

- В перерывах между занятиями дисциплины «Актерский психотренинг» 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.

-В творческом дневнике фиксируйте наблюдения за людьми в процессе действий, при этом указывайте:

- дату, время и место наблюдения; обстоятельства действия;
- характер протекания действия.

## **2 семестр - Раздел 2. Тренинговые формы подготовки актера**

### **2.1. Общие методические характеристики тренинга мастерства актера по системе К.С. Станиславского**

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

- 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.

### **2.2. Тренинговые системы М. 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 «Актерский психотренинг» 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.

### **2.3. Биомеханика Мейерхольда**

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

- В перерывах между занятиями дисциплины «Актерский психотренинг» 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.

- Прочитайте статью Е.Е. Кузиной и И.Р. Сакаева «Апология биомеханики», посвященную тренинговым упражнениям В. Мейерхольда. Проведите упражнения, описанные в статье.

### **2.4. Технологические основы проведения тренинга**

- 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.

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.**

При изучении дисциплины обучающимися используются следующие информационные технологии:

- аудиовизуальное представление обучающимся с помощью компьютера содержания отдельных тем дисциплины на лекционных занятиях;
- предоставление обучающимся доступа к учебному плану, рабочей программе дисциплины в электронной форме, к электронно-библиотечной системе института, содержащей учебно-методические материалы по дисциплине в электронной форме, к информационным справочным системам, которые используются при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, посредством электронной информационно-образовательной среды института из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»;
- фиксация хода образовательного процесса по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института;
- формирование электронного портфолио обучающегося по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института.

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется следующее лицензионное программное обеспечение:

Word,  
Excel,  
Power Point;  
Adobe Photoshop;  
Adobe Premiere;  
Power DVD;  
Media Player Classic.

## **10. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Для проведения занятий по дисциплине «Актерский психотренинг» по направлению подготовки 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников, профиль: Режиссер театрализованных представлений и праздников имеется необходимая материально-техническая база, оснащенная стульями, столом, оборудованной сценой.

## **11. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (при наличии)**

При необходимости (при наличии заявления обучающегося с ОВЗ) рабочая программа дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса лицам с ограниченными возможностями здоровья. Для этого от обучающегося требуется личное заявление (заявление законного представителя).

В заключении ПМПК должно быть прописано:

- рекомендуемая учебная нагрузка на обучающегося (количество дней в неделю, часов в день);
- оборудование технических условий (при необходимости);
- сопровождение во время учебного процесса (при необходимости);
- организация психолого-педагогического сопровождения обучающегося с указанием специалистов.



Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся при необходимости, могут быть созданы фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

Форма проведения текущей и итоговой аттестации для лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно (на бумаге, на компьютере), в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций ОПОП по направлению и профилю подготовки 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников

Составители программы:  
преподаватель кафедры Волкова М.В.