ШЕВЧЕНКІВСЬКА РАЙОННА В МІСТІ КИЄВІ ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ

КОМУНАЛЬНА ОРГАНІЗАЦІЯ
ЦЕНТР ТВОРЧОСТІ ДІТЕЙ ТА ЮНАЦТВА «ШЕВЧЕНКІВЕЦЬ» М. КИЄВА

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

З ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ХУДОЖНЬО-ЕСТЕТИЧНОГО НАПРЯМУ

«АКТОРСЬКЕ МИСТЕЦТВО»

Початковий, основний, вищий рівні

10 років навчання

Київ – 2023

«Схвалено для використання в освітньому процесі»
Рішення експертної комісії з позашкільної освіти від 29.03.2023
(протокол № 1)

Зареєстровано у Каталозі надання грифів навчальній літературі та навчальним програмам за № 8.0006-2023

Автор програми:

Крохмальна Катерина Миколаївна– керівник гуртка Центру творчості дітей та юнацтва «Шевченківець».

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Виховуючи сучасну дитину, надзвичайно важливо активно формувати її творчий потенціал, розвивати здібність до творчої діяльності.

Актуальність навчальної програми зумовлена тим, що в умовах сучасності кількість дитячих хореографічних гуртків та колективів різних танцювальних напрямів, діяльність яких спрямована на комплексний розвиток дітей, значно зросла. Стрімкий розвиток хореографічного мистецтва впливає на зміст, форми й методи роботи з дитячими хореографічними колективами. У зв'язку з цим виникає потреба у розробці нових програм, що відповідають сьогоднішнім вимогам комплексного хореографічного виховання дітей, зокрема оволодінням такого аспекту, як акторська майстерність.

Навчальна програма розроблена та апробована у народному художньому колективі спортивно-танцювального ансамблю «Пульс» Центру творчості дітей та юнацтва «Шевченківець», де склад вихованців різноманітний і по здібностям, і по віку. Навчальна програма спрямована на дітей віком від 5 до 18 років, а також може використовуватись як самостійна програма з акторської майстерності.

Метою даної програми є створення умов для творчого розвитку дітей, шляхом включення в роботу та розвиток фізичної, емоційної та інтелектуальної сфер розвитку вихованців, зняття психологічних і м'язових затисків, які не дозволяють дитині розкритися в повній мірі і вільно почувати себе на сцені.

Завдання програми:

- навчити і допомогти освоїти основні особливості акторської діяльності, її взаємозв'язок з хореографічним мистецтвом;
- навчити елементам акторської техніки, специфіки її застосування в хореографії;
- ознайомити з базовою театральною лексикою;
- навчити вмінню орієнтуватися в сценічному просторі;
- навчити дітей прийомам самостійної та колективної роботи, самоконтролю та взаємоконтролю.
- розширити і збагатити художньо-естетичний та емоційно-естетичний досвід дітей;
- розвинути виконавські якості і навички, які необхідні танцівнику для роботи над хореографічним твором будь-якого жанру і стилю;
- розвинути акторські, музично-ритмічні, фізичні та творчі здібності;
- розвинути увагу, уяву, фантазію, спостережливість, пам'ять, волю, креативність, кмітливість, художньо-образне мислення;
- розвинути виконавські якості і навички, які необхідні танцівнику для роботи над хореографічним твором будь-якого жанру і стилю;
- розвинути у дітей активність і самостійність спілкування.
- виховати художні інтереси, смаки, духовні та морально-ціннісні орієнтири, потребу у художньо-творчій самореалізації та самовдосконаленні;
- сформувати загальну культуру особистості дитини, культуру поведінки та спілкування;

- сформувати почуття відповідальності, працьовитості, вміння працювати в колективі;
- виховати здатність сприймати та інтерпретувати художні твори, висловлювати особистісне ставлення до них, аргументуючи свої думки.

Навчальна програма розрахована на **10 років** навчання:

початковий рівень – 2 роки навчання (діти з 5 до 6 років): 144 год. на рік, 4 год. на тиждень;

основний рівень - 4 роки навчання (діти з 7 до 12 років): 144 год. на рік, 4 год. на тиждень;

вищий рівень - 4 роки навчання і вище (діти з 13 до 18 років): 216 год. на рік, 6 год. на тиждень.

В програмі використані **принципи**:

- послідовності викладення та ускладнення матеріалу;
- системності;
- дидактичної обґрунтованості;
- єдності педагогічних, хореографічних та акторських завдань.

Дисципліна формує певні акторські виконавські знання, вміння і навички, пластичну виразність; показує можливість застосування акторських прийомів в хореографічному мистецтві.

Програма базується на засадах традиційної школи акторської майстерності. Акторський тренінг покликаний допомогти вихованцям освоїти елементи сценічної дії, володіти навичками спілкування, імпровізації, проявляти артистичну сміливість.

Заняття з акторської майстерності допомагають розвивати інтереси, здібності дитини, що безпосередньо впливають на розвиток особистості; прояву допитливості, потягу до пізнання нового, засвоєнню нової інформації та нових методів роботи в процесі створення сценічного образу в хореографічному номері. Заняття творчою діяльністю і часті виступи на сцені перед глядачами сприяють самореалізації творчого потенціалу і духовних потреб дітей , що дає розкутість і зростання самооцінки.

Вправи з акторської майстерності вдосконалюють органічне світосприйняття дитини. Виконання ігрових завдань в образах тварин і різноманітних персонажів допомагає відмінно оволодіти своїм тілом, зрозуміти пластичні комбінації (завдання) рухів. Театралізовані ігри і мініатюри дозволяють вихованцям з інтересом і легкістю занурюватися у світ уяви та фантазії. Діти з кожним заняттям стають розкутими, більш відкритими до спілкування і обговорення, що дає вагомий результат в процесі підготовки та створення хореографічного номеру.

Також заняття з акторської майстерності у вихованців хореографічного колективу не тільки розвивають органічність, але і сприяють розвитку емпатії, тобто здатності розпізнавати емоційний стан людини по міміці, жестам, вміння

ставити себе на його місце в різних ситуаціях. Заняття вимагають від дитини рішучості, систематичності в роботі, працьовитості, що сприяє формуванню вольових рис характеру. У дитини розвивається вміння комбінувати образи, інтуїція, кмітливість і винахідливість, здатність до імпровізації.

Займаючись акторською майстерністю, діти навчаються колективній роботі, роботі з партнером; навчаються спілкуватися з глядачем; навчаються роботі над характерами персонажів, мотивами їх дій, творчо втілювати сценічні образи в танці.

Акторська майстерність допомагає створювати виразні, яскраві та зрозумілі образи композиції хореографічного твору.

Основу змісту програми складають народні, пізнавальні, рухливі, сюжетно-рольові та авторські ігри. Вправи на увагу, уяву, словесну дію, спрямовані на створення атмосфери існування в певних запропонованих обставинах, включені в програму навчання і освоюються шляхом ігрової методики.

Навички, отримані в процесі навчання, реалізуються вихованцями у конкретній творчій роботі над хореографічними композиціями, над створенням хореографічного образу в танці.

Основними формами освітньої діяльності є: колективні та групові заняття, індивідуальні заняття (вищий рівень). Програмою передбачено навчально-тренувальні заняття, заняття-подорожі, репетиції, концертні виступи, фестивалі, перегляд театральних вистав, фрагментів фільмів, мультфільмів та концертів.

На початковому та основному рівнях навчання наповнюваність дітей у групі – 15 осіб, на вищому рівні навчання – 10 осіб у групі.

Навчання за даною програмою будується так, що діти засвоюють матеріал у тренінгу, попутно отримуючи теоретичні відомості.

Заняття повинні будуватися таким чином, що всі теоретичні питання закріплюються практичними вправами. Практичні заняття є основою у вивченні даного предмету. Весь матеріал на практичних заняттях дається у вигляді сценічного тренінгу, заснованого на фізичних вправах різного ступеня складності. У процесі навчання слід звернути увагу на ходу кожного учня, техніку руху, постановку ніг, рук, голови під час руху, положення корпусу, міміку, жести, свободу руху.

Необхідно враховувати індивідуальні особливості кожної дитини, такі як: правильність постави, особливості статури, фізичні недоліки, відсутність ритмічного слуху, психологічні комплекси: страх сцени, внутрішній затиск, невпевненість в собі.

Тому вправи, спрямовані на боротьбу з мимовільними м'язовими напруженнями, виникають на перших же заняттях з техніки актора. З них починається кожен урок і згодом кожна репетиція, поки звичка контролювати і знімати м'язові затиски не буде доведена до автоматизму.

Дуже важливо, щоб педагог умів помічати найменші м'язові затиски, які будуть виникати по ходу будь-якої вправи, і точно вказувати, у кого напруга в

міміці, у кого в ході, а у кого затиснуті пальці рук, підняті плечі, напружене дихання і т. п.

При вивченні тем необхідно звернути увагу на типові помилки: скутість, «скам'янілість» тіла, не координованість рухів ніг, рук, голови, надмірна емоційність, прагнення наслідувати і копіювати артистів професійних колективів.

Кожне заняття рекомендується умовно розділити на три частини:

1. Розминка: робота з тілом, пластичні техніки. Дихання: мовні і голосові техніки. Емоційні розминки.

2. Повторення пройденого матеріалу (акторська майстерність і психотехніки) в етюдах та ігрових проявах. Ігротехніка.

3. Пояснення нової теми (теорія), практика (етюди, образи). Ігротехніка.

Після кожного заняття необхідно керуватися педагогічною оцінкою, а саме: що заняття дало кожній дитині в його творчому розвитку? Чи відповідали завдання, поставлені на занятті, можливостям учнів? Що вийшло, а що ні?

Дуже акуратно треба ставитися до методу показу педагогом того чи іншого завдання. Деякі діти звикають до обов'язкового показу, чекають його і не наважуються проявити свою ініціативу. Активність і творчі здібності в такому разі не тільки не розвиваються, але, іноді, навіть придушуються. Безумовно, показувати треба. Але дуже обережно. Рекомендується використовувати один із методів роботи – метод режисерського показу. Виходити не з свого власного акторського матеріалу, а з матеріалу учнів. Показувати не те, як ви б самі зіграли, а те, як слід зіграти конкретній дитині.

Основним *критерієм* оцінювання діяльності вихованців хореографічного колективу на заняттях за програмою «Акторська майстерність» є їх творчий прояв у процесі втілення на сцені певного завдання: виконання ролі в хореографічному номері, участь у масових заходах (концерти, фестивалі, конкурси, різноманітні виступи).

Форма контролю занять за програмою «Акторська майстерність» - показ незалежних акторських робіт і участь у концертній діяльності з подальшим самоаналізом і педагогічним оглядом.

Завдяки навчанню за даною програмою здобувачі позашкільної освіти відчувають себе розкуто та вільно на сцені, володіють основами техніки мовлення та акторської майстерності, елементами акторської виразності, сценічного руху, орієнтуються в етичних питаннях та питаннях естетики, вміють цінувати працю в колективі.

Початковий рівень першій рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор.	*практ.*	*усього*
1	Вступ. Знайомство	1	1	2
2	Тренаж міміки обличчя	6	14	20

3	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	8	26	34
4	Зняття м'язових та психологічних затисків	8	26	34
5	Ритмопластика	6	26	32
6	Основи сценічного мовлення	6	14	20
7	Підсумок	-	2	2
	Разом	35	109	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ. Знайомство (2 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Моя професія – актор»; «Роль акторської гри в хореографії».

Практична частина: Ігри на знайомство «впізнай мене», «намалюй, як тебе звати», «сніжний ком». Вправа «10 секунд» (розподілитися по групам за певними зовнішніми ознаками).

2. Тренаж міміки обличчя (20 год.)

Теоретична частина: Міміка в житті дитини. Міміка на сцені.

Практична частина:

▪ тренування лобових м'язів (тренаж «м'язів болю» (м'язи опускання брів до перенісся));

• тренування очних м'язів (моргання повіками; почергово закривати і відкривати повіки);

• тренування губних м’язів. Тренування м’язів язика (артикуляційна гімнастика).

• емоційний тренаж: підняти брови («подив»); насупити («серджуся»); розширити очі, не напружуючи чоло («страх»); розширити ніздрі («вдихаю запах»); розслабити ніздрі, зморщити носа («бридко, ніби вдихнув неприємний запах»). Після кожної емоції – розслабляти м’язи обличчя, з 30-секундною паузою.

3. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (34 год.)

Теоретична частина: Основні елементи уваги. Уява та фантазія як спосіб виходу за межі реального світу, подорож у часі та просторі. Пам'ять. Види пам'яті (зорова і слухова). Світ емоцій.

Практична частина:

Вправи на увагу: «4 кола уваги», « Переключення уваги (предмет, звук, запах, .об'єкт, частина предмету/об'єкту, зміна виду діяльності)», «Суша-Море», «Рибалка», «Літає, не літає», «Сповільнений рух», «Тінь», «Хлоп», «Пеленгатор».

Вправи на уяву та фантазію: заняття-подорожі, складання та розповідь видуманих історій, «Фантастичні відкриття (обігравання предметів)», «Уявний телевізор», «Сядь на стілець, наче це…(трон, камінь, гніздо)», «Візьми ручку, наче це…(черв’як, голка) », «Передай м'яч по колу, наче він…(гиря, гаряча картопля, важке відро)», «Будівники»

Вправи на пам'ять: вивчення скоромовок, лічилок, віршів, «Що змінилось?», «Естафета слів», «Відтвори композицію», «Пара до пари», «Що зникло?», «Опиши картинку», « Рух замість цифри».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Настрій», «Малюємо емоцію», «Настрій музики», «Скажи, як я», «Добери інтонацію», «Тигр на полюванні», Чарівний обруч», «Угадай настрій по голосу», «Незакінчене речення (сум – це коли…., щастя – це коли…)»

4. Зняття м'язових та психологічних затисків (34 год.)

Теоретична частина: М'язова напруга. Хвилювання як основа затисків у дітей.

Практична частина: Вправи на поетапне напруження (знизу – догори) і розслаблення (згори-донизу) м'язів тіла (стопи, коліна, сідниці, живіт, руки, шия, обличчя), «Дотягнись до сонечка», «Стеля», «Вітер у саду», «Млин», «Політ птаха», «Гриб», «Струм».

5. Ритмопластика (32 год.)

Теоретична частина: Поняття «пластика».

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: оплески та хода в ритмі оплесків, «Перемикання швидкостей», «Відлуння», «Ритмічні овочі».

Вправи на пластику тіла: «Жабка», «Метелик», «Тваринний світ», «Вгадай, де я йду (у воді, по піску).

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «жест вітання» (широкий кидок кисті знизу –догори); «замішуємо тісто» (згинання та розгинання пальців, рухаємо кистю); «струшуємо тісто з рук» (динамічний кидок кисті зверху-вниз); «водяні бризки» (енергійне викидання пальців вперед»; «махаємо віялом» (обертові рухи кисті); «Маляр», «Хвиля», «Крила», «Пружина», «Муха», «Схопити-кинути», «Кігті».

6. Основи сценічного мовлення (20 год.)

Теоретична частина: Дихання як основа звукоутворення. Прийоми керування диханням. Основні властивості голосу. Дикція як чітке вимовляння звуків, букв та слів. Артикуляція.

Практична частина:

Вправи на дихання: «Спати хочеться», «Свічка», «М'яч», «Пірнання», «Здуй сніжинку», «Книжка» .

Вправи на володіння голосом:

- промовляючи текст, осилювати голос у межах одного рядка, утримуючи його звучання на одній висоті;

- змінювати одночасно силу і висоту голосу в кожному рядку в межах однієї строфи;

- тричі промовити текст: один раз — пошепки, вдруге — тихим голосом, але з намаганням чітко промовляти кожен звук, третій — середнім, притаманним вам голосом;

- вправи «Відлуння», «У горах», «Господарський двір», «Гудок», «Рупор».

Вправи на дикцію: вимова всього звукоряду голосних на одному звучання повільно; вимова йотованих голосних; чистомовки (бі-бе-ба-бо-бу-би, ді-де-да-до-ду-ди і тощо), скоромовки, артикуляційна гімнастика («Бегемот», «Маятник», «Лопатка», «Гребінець», «Кран», «Паркан», «Трубочка», «Чашка», «Коник»); вимова скоромовок, прискорюючи темп у формі діалогів 2 - 6 дітей.

7. Підсумок (2 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- основні принципи театру та норми сценічної культури;
- основні елементи уваги;
- поняття «пластика», «артикуляція»;
- основні властивості голосу.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- навички емоційного тренажу;
- швидкість «переключення» уваги;
- артикуляційну гімнастику та вправи для розвитку міміки обличчя.

Вихованці мають набути досвід у:

- тренуванні міміки обличчя;
- володінні основними прийомами володіння голосом;
- взаємодії у колективі.

Початковий рівень другий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор.	*практ.*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	2	6	8
2	Тренаж міміки обличчя	6	14	20
3	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	6	14	20
4	Зняття м'язових та психологічних затисків	6	20	26
5	Ритмопластика	4	14	18
6	Основи сценічного мовлення	4	20	24
7	Етюд	8	18	26
8	Підсумок	-	2	2
	Разом	36	108	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (8 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Фантастичний світ, що нас оточує».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м’язів тулуба, вправа «Передай позу».

2. Тренаж міміки обличчя (20 год.)

Теоретична частина: Міміка у акторському мистецтві. Міміка обличчя в образі персонажа.

Практична частина:

▪ Тренування лобових м'язів («м'язи болю» (м'язи опускання брів до перенісся) і «м'язи загрози» (пірамідальні));

• Тренування очних м'язів (продовжуємо вчити підморгування, почергово закривати і відкривати повіки);

• Тренування виличних м'язів (тренаж «м'язів сміху» (направляємо кути рота в сторону верхніх вилиць, зуби при цьому повинно бути видно));

• Тренування губних м’язів (тренаж м'язів верхньої губи - підіймаємо губу без участі кутів рота, розширюючи ніздрі, сильно оголюємо ікла і стежимо, щоб нижня губа залишалася нерухомою). Тренування м’язів язика (артикуляційна гімнастика).

• Емоційний тренаж: підняти брови («подив»); насупити («серджуся»); розширити очі, не напружуючи чоло («страх»); розширити ніздрі («вдихаю запах»); розслабити ніздрі, зморщити носа («бридко, ніби вдихнув неприємний запах»); ошкіритися («лють»); замружитися («жах»). Після кожної емоції – розслабляти м’язи обличчя, з 30-секундною паузою.

3. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (20 год.)

Теоретична частина: Оволодіння основними елементами уваги. Уява та фантазія як спосіб виходу за межі реального світу, подорож у часі та просторі. Пам'ять. Види пам'яті (зорова і слухова). Емоції і дитина.

Практична частина:

Вправи на увагу: «4 кола уваги», «Переключення уваги (предмет, звук, запах, об'єкт, частина предмету/об'єкту, зміна виду діяльності)», «Дзеркало», «Сповільнений рух», «Тінь», «Десять секунд (за алфавітом, за відстанню предмета до дитини)», «Опиши мене», «Слухаємо тишу», ««Так» і «Ні» не говорити», «Три кольори».

Вправи на уяву та фантазію: заняття-подорожі, складання та розповідь видуманих історій, «Фантастичні відкриття (обігравання предметів)», «Уявний телевізор», «Будівники», « Крокодил», «Археологи», «Робінзон Крузо».

Вправи на пам'ять: вивчення скоромовок, лічилок, віршів, «Що змінилось?», «Естафета слів», «Відтвори композицію», « Рух замість цифри», «Свої п’ять пальців», «Фотоапарат», «Чарівний горщик».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Настрій», «Настрій музики», «Скажи, як я», «Добери інтонацію», «Тигр на полюванні», «Угадай настрій по голосу», «Чарівна чашка», «Апельсин».

4. Зняття м'язових та психологічних затисків (26 год.)

Теоретична частина: М’язова напруга. Хвилювання як основа затисків у дітей.

Практична частина: поетапне напруження, «Центр тяжіння», «Віяло», «Маріонетка», «Лев готується до стрибка», «Акробат на жердині», «Море хвилюється», «Невидимий камінь», «Канат».

5. Ритмопластика (18 год.)

Теоретична частина: Взаємозв'язок музики і руху.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ритмічні овочі», «Великий теніс».

Вправи на пластику тіла: «Жабка», «Метелик», «Тваринний світ», «Сад», «Хор і соліст», «Я - музика», «Вгадай, де я йду».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Плавці», «Змія», «Полум’я», «Легке – важке», «Що вміють наші ручки?», «Медуза».

6. Основи сценічного мовлення (24 год.)

Теоретична частина: Чотири типи дихання: ключичне, грудне, діафрагмальне, комбіноване. Апарат голосоутворення. Дикція як чітке вимовляння звуків, букв та слів. Орфоепія.

Практична частина:

Вправи на дихання: «Літак», «Кулька», «Шина», «Бочка».

Вправи на голосоутворення: «Звуконаслідування», «Перегукування», читаємо тексти зі зміною висоти голосу.

Вправи на дикцію: чистомовки із закритим складом(біб-беб-баб-боб-буб-биб, діт-дет-дат-дот-дут-дит і тощо) з різною інтонацією; скоромовки; артикуляційна гімнастика; вимова злитих та подвоєних звуків (дзі-дзе-дза; щі – ш-чі).

7. Етюд (26 год.)

Теоретична частина: Етюд – як частина сценічного життя, створений за допомогою уяви.

Практична частина: Етюди-характеристики тварин; етюди на задану тему: «чаклун», «ворона», «перед дзеркалом», «зоопарк».

8. Підсумок (2 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- основи акторської майстерності;
- особливості сценічної міміки;
- основні види пам'яті;
- пластику тварин, способи її відтворення;
- поняття «4 типи дихання», «етюд».

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- навички емоційного тренажу;
- основи пластики та звукоутворення тварин;

- виконувати вправи на розвиток дихання та голосоутворення;
- чітко вимовляти скоромовки.

Вихованці мають набути досвід у:

- обігравання предметів за допомогою уяви та фантазії;
- поступовому розслабленні м'язів тіла;
- чіткості вимовляння скоромовок

Основний рівень третій рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор.	*практ.*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	4	12	16
2	Тренаж міміки обличчя	4	12	16
3	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	4	12	16
4	Зняття м'язових та психологічних затисків	4	12	16
5	Ритмопластика	4	12	16
6	Основи сценічного мовлення	1	7	8
7	Темпоритм	2	7	9
8	Сценічна дія	4	12	16
9	Етюд. Імпровізація	4	12	16
10	Робота над концертним репертуаром	-	12	12
11	Підсумок	-	3	3
	Разом	31	113	108

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (16 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Артист і глядач – емоційна взаємодія».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба, вправа «Передай позу».

2. Тренаж міміки обличчя (16 год.)

Теоретична частина: Зв'язок міміки з рухом.

Практична частина:

- Тренування лобових м'язів («тренаж сухожильного шлему» (поклавши руку на тім'я рухаємо лобними і потиличними м'язами вперед-назад); тренуємо окремі рухи лівою і правою бровою (одна піднімається вгору, інша впирається в перенісся));
- Тренування губних м'язів (ускладнюємо тренаж м'язів верхньої губи - вчимося підіймати по черзі ліву і праву половину верхньої губи, подумки

розділивши губу на дві частини). Тренування м’язів язика (артикуляційна гімнастика).

- Емоційний тренаж: підняти брови («подив»); насупити («серджуся»); розширити очі, не напружуючи чоло («страх»); розширити ніздрі («вдихаю запах»); розслабити ніздрі, зморщити носа («бридко, ніби вдихнув неприємний запах»);стиснути губи, примружити очі, злегка підіймаючи верхню губу («презирство»); ошкіритися («лють»); замружитися («жах»); опустити нижню губу (« відраза»). Після кожної емоції – розслабляти м’язи обличчя, з 30-секундною паузою.

3. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (16 год.)

Теоретична частина: Управління своєю увагою до предмета, до партнера. Уява та фантазія як спосіб виходу за межі реального світу, подорож у часі та просторі. Пам'ять. Види пам'яті (зорова, слухова, дотикова, рухова) .Вплив емоцій на діяльність людини.

Практична частина:

Вправи на увагу: «4 кола уваги», «Переключення уваги (предмет, звук, запах, об'єкт, частина предмету/об'єкту, зміна виду діяльності)», «Дзеркало», «Сповільнений рух», «Тінь», «Трансформатор», «Переходи», «Так» і «Ні» не говорити», «Заспіваймо разом», «Змійка», «Північ-Південь», «Піаніно».

Вправи на уяву та фантазію: заняття-подорожі, складання та розповідь видуманих історій, «Фантастичні відкриття (обігравання предметів)», «Уявний телевізор», «Будівники», «Крокодил», «Археологи», «Кінострічка», «Доповни картину», «Що спільного?»

Вправи на пам'ять: вивчення скоромовок, лічилок, віршів, «Що змінилось?», «Естафета слів», «Відтвори композицію», «Опиши картинку», « Рух замість цифри», «Обмін», «Фотограф», «Ігри індійців», «Лабіринт».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Настрій», «Настрій музики», «Добери інтонацію», «Тигр на полюванні», «Угадай настрій по голосу», «Чарівна чашка», «Апельсин», «Створи настрій».

4. Зняття м'язових та психологічних затисків (16 год.)

Теоретична частина: Шляхи тренування м’язового апарату.

Практична частина: «Віяло», «Маріонетка», «Вогонь-вода», «Спагетті», «Іграшковий магазин», «Пластилін», «Вогонь-вода», «Сонячний зайчик», «Желе».

5. Ритмопластика (16 год.)

Теоретична частина: Жести. Види жестів (вказівні, зображальні, емоційні, символічні, ритмічні).

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ритмічні овочі». «Великий теніс», «Відлуння», «Ти».

Вправи на пластику тіла: «Метелик», «Тваринний світ», «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало», «Я - музика», «Вгадай, де я йду», «Берізка».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Водорості», «Чарівна кулька».

6. Основи сценічного мовлення (8 год.)

Теоретична частина: Зміна темпу голосу. Інтонаційна виразність. Тривалість дихання.

Практична частина:

Вправи на дикцію та голосоутворення: артикуляційна гімнастика; «Звуконаслідування», читаємо тексти зі зміною темпу голосу

Вправи на дихання: «Хатинка, яку збудував собі Джек», «Мімози».

7. Темпоритм (9 год.)

Теоретична частина: Темп – це швидкість виконуваної дії. Ритм – це розміреність і інтенсивність дії, його організація в часі і просторі. Поступове наростання і зниження темпоритму.

Практична частина: «Повторюй за мною», «Ритм-ритм», «Заєць-черепаха», «Риба в морі».

8. Сценічна дія (16 год.)

Теоретична частина: Дія, як основа сценічного мистецтва. Три основні поняття: «Що я роблю? Для чого я це роблю? Як я це роблю?»

Практична частина:

Етюди і вправи на фізичну дію (з предметами):

логічний підбір предметів - виконати з ними дію (швабра - ганчірка - відро), (олівець - папір - ластик), (ножиці - бинт - плюшевий заєць);

хаотичний підбір предметів - придумати логічна дія, використовуючи дані предмети (відро - папір - плюшевий заєць), (ганчірка - олівець - ножиці), (швабра - бинт - ластик).

9. Етюд. імпровізація (16 год.)

Теоретична частина: Побудова етюду. Суть імпровізації.

Практична частина: Етюди-характеристики природних явищ, «злови хлопок», «в дитячому світі», «ведмеді в клітці», «маріонетки», «ритмічний етюд». Етюди-імпровізації: «подарунок», «ранок», «метелики».

10. Робота над концертним репертуаром (12 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

11. Підсумок (3 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- особливості поєднання міміки і рухів;
- види жестів;
- поняття «Темпоритм»;
- поняття «Сценічна дія»;
- поняття «Імпровізація» та її зв'язок з етюдом.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

– самостійно тренувати м’язовий апарат;
– володіти видами жестами та застосовувати їх в етюдній роботі;
– чітко вибудовувати невеликі одиночні етюди;
– імпровізувати в етюдній роботі.

Вихованці мають набути досвід у:

- виступах перед глядачем;
- створенні етюдів на задану тему.

Основний рівень четвертий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор.	*практ.*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	1	6	7
2	Тренаж міміки обличчя	1	6	7
3	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	3	12	15
4	Зняття м'язових та психологічних затисків	4	12	16
5	Ритмопластика	4	12	16
6	Основи сценічного мовлення	1	10	11
7	Темпоритм	4	8	12
8	Сценічна дія	6	12	18
9	Сценічна поведінка	6	12	18
10	Етюд. Імпровізація	3	9	12
11	Робота над концертним репертуаром	-	9	9
12	Підсумок	-	3	3
	Разом	33	111	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (7 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Основи сценічної майстерності для танцюристів».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м’язів тулуба, вправа «Передай позу».

2. Тренаж міміки обличчя (7 год.)

Теоретична частина: Зв'язок міміки з музикою.

Практична частина:

• Тренування лобових м'язів (тренуємо окремі рухи лівою і правою бровою(одна піднімається вгору, інша впирається в перенісся));

• Тренування губних м’язів (тренаж трикутного м'язу рота – енергійно, при зімкнутому роті, направляйте кути губ донизу. Слідкуйте за тим, щоб нижня губа не виверталася). Тренування м’язів язика (артикуляційна гімнастика).

• Емоційний тренаж: підняти брови («подив»); насупити («серджуся»); розширити очі, не напружуючи чоло («страх»); розширити ніздрі («вдихаю запах»); розслабити ніздрі, зморщити носа («бридко, ніби вдихнув неприємний запах»);стиснути губи, примружити очі («презирство»); ошкіритися («лють»); замружитися («жах»); опустити нижню губу («відраза», примружити очі («підозрілість»), примружити очі та посміхнутись («хитрість»). Після кожної емоції – розслабляти м’язи обличчя, з 30-секундною паузою.

3. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (15 год.)

Теоретична частина: Управління своєю увагою до предмета, до партнера. Уява та фантазія як спосіб виходу за межі реального світу, подорож у часі та просторі. Пам'ять. Види пам'яті (зорова, слухова, дотикова, рухова).Вплив емоцій на діяльність людини.

Практична частина:

Вправи на увагу: «4 кола уваги», «Переключення уваги (предмет, звук, запах, об'єкт, частина предмету/об'єкту, зміна виду діяльності)», «Дзеркало», «Сповільнений рух», «Тінь», «Так» і «Ні» не говорити», «Трансформатор», «Осел», «Це ключ?! (питання-відповідь)», «Переходи зі стільцем», «Плюс один», «Тримай свою мелодію»

Вправи на уяву та фантазію: заняття-подорожі, складання та розповідь видуманих історій, «Фантастичні відкриття (обігравання предметів)», «Уявний телевізор», «Будівники», «Чужа моя річ»», «Подія», «Ланцюг асоціацій», «Хамелеон», «Кінострічка», «Доповни картину».

Вправи на пам'ять: вивчення скоромовок, лічилок, віршів, «Естафета слів», «Відтвори композицію», «Опиши картинку», «Рух замість цифри», «Обмін», «Лабіринт», «Заборонений рух».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Настрій», «Настрій музики», «Добери інтонацію», «Чарівний обруч», «Апельсин», «Створи настрій», «Тілесні реакції» (страх - напружені м'язи, задерев'янілість і т.д.).

4. Зняття м'язових та психологічних затисків (16 год.)

Теоретична частина: Обличчя – осередок «психічної» мускулатури.

Практична частина: «Іграшковий магазин», «Пластилін», «Вогонь-вода» , «Сонячний зайчик», «Перекоти напругу», «Прірва», «Сонний рок-н-рол».

5. Ритмопластика (16 год.)

Теоретична частина: Жести. Види жестів (вказівні, зображальні, емоційні, символічні, ритмічні).

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні овочі та фрукти», «Вальс».

Вправи на пластику тіла: «Метелик», «Тваринний світ», «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Я - музика», «Місток», «Берізка».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Фарбуємо».

6. Основи сценічного мовлення (11 год.)

Теоретична частина: Мовний апарат та його тренування. Вимова звукосполучень. Різноманітна сила видиху.

Практична частина:

Вправи для розвитку мовного апарату: артикуляційна гімнастика; вчимо зміни дзвінких перед глухими при вимові (з хати – [сх]ати, розподіл – ро[сп]оділ), «Стогін», «Скиглення», «Мукання», «Липа шелестить», «Насос», «Дзвонять у дзвони», «Колискова».

Вправи на дихання: «Спати хочеться», «Свічка», «М'яч», «Лісоруб».

7. Темпоритм (12 год.)

Теоретична частина: Темпоритм навколо нас.

Практична частина: «Повторюй за мною», «Ритм-ритм» «Зупинка», «Школа», «Продавець», «Метроном».

8. Сценічна дія (18 год.)

Теоретична частина: Дія в хореографічній композиції. Види дій: психічна, фізична, зовнішня, внутрішня. Поняття «четвертої стіни».

Практична частина:

• Етюди і вправи на пам'ять фізичних дій: вмиватися, чистити зуби, вишивати, підмітати, грати з лялькою (машинкою), малювати тощо; «Готуємось до свята», «Вітер», «Холодно», «Спати хочеться».

• Етюди на внутрішню дію (публічна самотність): «всередині себе». Робота над внутрішнім процесом - що я відчуваю? Що зі мною коїться? Чого я хочу?

9. Сценічна поведінка (18 год.)

Теоретична частина: Чоловічий і жіночий уклін. Особливості жіночої пластики.

Практична частина: осанка, хода, жести, поклони. Хода з поклонами, рукостисканнями, позами. Хода парами (бал, прогулянка).

10. Етюд. Імпровізація (12 год.)

Теоретична частина: Складові етюду: думка, подія, дія, обставини, імпровізаційне самовідчуття.

Практична частина: «Кошенята»; «Дельфін»; «Морська зірка»; «Лісові мешканці»; етюди з використанням звуконаслідування (шипіння, булькання, дзижчання, шурхіт). Етюди-імпровізації: «втрата», «зачарований ліс», «танцюючий вогонь».

11. Робота над концертним репертуаром (9 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

12. Підсумок (3 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- норми сценічної культури;
- види сценічної дії;
- поняття «четверта стіна»;
- принципи роботи над етюдом.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- обігравати різні предмети;
- розкривати тілесні реакції на різні емоції;
- чітко і швидко підлаштовуватись під зміну ритму;
- робити самоаналіз своїх відчуттів (публічна самотність);
- робити чоловічий та жіночий уклін.

Вихованці мають набути досвід у:

- використанні 4 видів пам'яті;
- дотриманні правил за лаштунками та на сцені;
- створенні власних етюдів-імпровізацій.

Основний рівень п'ятий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор.	*практ.*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	1	6	7
2	Тренаж міміки обличчя	1	6	7
3	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	1	6	7
4	Зняття м'язових та психологічних затисків	1	6	7
5	Ритмопластика	1	6	7
6	Основи сценічного мовлення	1	6	7
7	Темпоритм	1	6	7
8	Основи сценічного руху	4	8	12
9	Сценічна дія	6	12	18
10	Історія та аналіз танців світу	8	15	23
11	Сценічна поведінка	6	12	18
12	Етюд. Імпровізація	3	9	12
13	Робота над концертним репертуаром	-	9	9
14	Підсумок	-	3	3
	Разом	34	110	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (7 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Конфлікт як головна складова дійства».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках.

Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Кроки в присіданні. Вправи «ворона», «декорація». Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», вправи «Передай позу».

2. Тренаж міміки обличчя (7 год.)

Теоретична частина: Міміка обличчя як відображення думок.

Практична частина:

• Тренування лобових м'язів («трагічний залом брів» (брови «будиночком» - звести брови до перенісся і сухожильним шоломом потягнути м'язи наверх);

• Тренування губних м'язів (ускладнюємо тренаж трикутного м'язу рота за допомогою м'язів шиї – вчимося окремо опускати лівий і правий кут як повільно, так і енергійно.) Тренування м'язів язика (артикуляційна гімнастика).

• Емоційний тренаж: підняти брови («подив»); насупити («серджуся»); розширити очі, не напружуючи чоло («страх»); розширити ніздрі («вдихаю запах»); розслабити ніздрі, зморщити носа («бридко, ніби вдихнув неприємний запах»);стиснути губи, примружити очі («презирство»); ошкіритися («лють»); замружитися («жах»); опустити нижню губу (« відраза»); примружити очі («підозрілість»), примружити очі та посміхнутись («хитрість»); насупити брови, опустити кути роту донизу («образа»); звести брови «будиночком», злегка відкрити рот («злякатися»). Після кожної емоції – розслабляти м'язи обличчя, з 30-секундною паузою.

3. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (7 год.)

Теоретична частина: Поняття та розвиток асоціативного мислення.

Практична частина:

Вправи на увагу: «4 кола уваги», «Дзеркало», «Сповільнений рух», «Тінь», «Трансформатор», «Бум», «Пеленгатор», «Кілер», «Друкарська машинка», «Створи фігуру».

Вправи на уяву та фантазію: заняття-подорожі, складання та розповідь видуманих історій, «Фантастичні відкриття (обігравання предметів)», «Уявний телевізор», «Будівники», «Подія», «Ланцюг асоціацій», «Кінострічка», «Доповни картину», «Біографія», «Екран бачення».

Вправи на пам'ять: «Естафета слів», «Відтвори композицію», «Опиши картинку», «Рух замість цифри», «Обмін», «Сліпий фотограф», «Пошта».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Настрій», «Настрій музики», «Добери інтонацію», «Чарівний обруч», «Апельсин», «Створи характер», «Тілесні реакції» (смуток – сутулість; погляд, спрямований десь у простір; уповільнена мова, часті зітхання), «Емоційний самоаналіз (як дитина переживає емоцію)».

4. Зняття м'язових та психологічних затисків (7 год.)

Теоретична частина: Поняття «м'язова свобода».

Практична частина: «Виправдати позу», «Перекоти напругу», «Спортсмен», «Переливання енергії», «Насос», «Скульптура», «Тінь», «Пальма», «Силачі».

5. Ритмопластика (7 год.)

Теоретична частина: Гармонія тіла з оточуючим світом.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні овочі та фрукти», «Марш».

Вправи на пластику тіла: «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Я - музика», «Місток», «Берізка», «Криве дзеркало».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Фарбуємо».

6. Основи сценічного мовлення (7 год.)

Теоретична частина: Комбіноване дихання. Вимова звукосполучень. Тренаж голосних та приголосних звуків.

Практична частина:

Вправи на дихання та розвиток голосового апарату: «Муляр», «Аквалангіст», «Літак», «Поверхи».

Вправи з орфоепії: Зміна глухих перед дзвінкими (отже – о[дж]е, якби – я[ґ]би).

Вправи на дикцію: «Стрибун», «Поїзд», «Сопілка», «Бадмінтон».

7. Темпоритм (7 год.)

Теоретична частина: Шкала темпоритмів: дуже повільно, повільно, середній темп, швидко, дуже швидко (паніка, хаос).

Практична частина: «Зупинка», «Метроном». «П’ять швидкостей», «Автобус», «Читаємо разом».

8. Основи сценічного руху (12 год.)

Теоретична частина: Важливість постави та ходи на сценічному майданчику. Координація як основа виразних рухів на сцені.

Практична частина:

Вправи на удосконалення ходи: Правильна хода, положення стоп, колін. Кореляція постави, з різними положеннями рук. Етюди на запропоновану тему (від гарного до горбатого, клишоногого, кульгавого, скарлюченого і т.д.)

Вправи на координацію: «Клятва», «Коронація», «Вінчання», «Зміна караулу».

9. Сценічна дія (18 год.)

Теоретична частина: Запропоновані обставини. Чотири види обставин. «Я в запропонованих обставинах».

Практична частина:

• Етюди на обставини місця - де відбувається дія (країна, місто, будинки / на вулиці, де саме вдома: на кухні, в спальні і так далі.

• Етюди на обставини часу - коли відбувається дія (епоха, рік, час року, місяць, час дня і так далі).

• Етюди на особисті обставини - відповідають на питання ХТО діє на сцені (вік, стать, соціальний стан, професія тощо).

• Етюди на ситуативні обставини - відповідають на питання, що визначають, чим живе людина в даній ситуації (звідки я прийшов? куди я

прямую? навіщо я прийшов сюди? чого я хочу? що мені заважає отримати бажане (домогтися бажаного)?).

10. Історія та аналіз танців світу (23 год.)

Теоретична частина: Походження танців та основні елементи рухів Франції.

Практична частина: Оволодіння основними елементами рухів. Використання їх у музичних етюдах.

11. Сценічна поведінка (18 год.)

Теоретична частина: Манера та етикет поведінки Франції.

Практична частина: З'єднання ходи з жестами і поклонами. Вітальний жест при ходьбі. Реверанс. Граціозні руки. Повітряний поцілунок. Комплекс вправ на вдосконалення володінням тростиною, хустинкою, віялом, шаллю.

12. Етюд. Імпровізація (12 год.)

Теоретична частина: Мова жестів.

Практична частина: Етюди на виразність виконання: йди, згода, незгода, прохання, відмова, плач, клич, привітання, прохання, запрошення, подяка, обурення; «Звукова картина»; етюди-імпровізації: «місто роботів», «осіннє листя».

13. Робота над концертним репертуаром (9 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

14. Підсумок (3 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- поняття «конфлікт»;
- поняття «м’язова свобода»;
- основні правила орфоепії;
- особливості виразності рухів та ходи на сцені;
- поняття «запропоновані обставини» та їх види;
- походження танців та основні елементи рухів Франції;
- основи театральної мови жестів.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- практично застосовувати навички емоційного тренажу;
- використовувати комбіноване дихання;
- рухатись за шкалою темпоритмів;
- володіти основними положеннями виразності рухів тіла на сцені;
- діяти в запропонованих обставинах;
- володіти основними елементами рухів Франції;
- володіти манерами та етикетом поведінки у Франції;
- практично використовувати основні театральні види жестів.

Вихованці мають набути досвід у:

- виступах на конкурсах;
- підбору музичного матеріалу до власних етюдів;
- професійних навичок акторської майстерності.

Основний рівень шостий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор.	*практ.*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	1	6	7
2	Тренаж міміки обличчя	1	6	7
3	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	1	6	7
4	Зняття м'язових та психологічних затисків	1	6	7
5	Ритмопластика	1	6	7
6	Основи сценічного мовлення	1	6	7
7	Темпоритм	1	6	7
8	Основи сценічного руху	4	8	12
9	Сценічна дія	6	12	18
10	Історія та аналіз танців світу	8	15	23
11	Сценічна поведінка	6	12	18
12	Етюд. Імпровізація	3	9	12
13	Робота над концертним репертуаром	-	9	9
14	Підсумок	-	3	3
	Разом	34	110	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (7 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Рішення акторських завдань в танці».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Кроки в присіданні. Вправи «ворона», «декорація». Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м’язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», вправи «Передай позу».

2. Тренаж міміки обличчя (7 год.)

Теоретична частина: Міміка обличчя як відображення думок.

Практика частина:

• Тренування очних м’язів (широко відкриваємо очі, підіймаючи повіки; примружуємо повіки, брови залишаються нерухомими при виконанні обох вправ;

• Тренування губних м’язів («тренаж нижньої губи» (випнувши нижню губу, енергійно вивернути її, як би відвалюючи донизу, потім за участю м'язів шиї, з боку в бік рухати роздільно лівим і правим краями губ)). Тренування м’язів язика (артикуляційна гімнастика).

• Емоційний тренаж: повністю розслабити обличчя («байдужість»);підняти брови («подив»); насупити («серджуся»); розширити очі, не напружуючи чоло («страх»); стиснути губи, примружити очі («презирство»); ошкіритися («лють»); замружитися («жах»); опустити нижню губу («відраза»); звести брови «будиночком» («жаль»); примружити очі («підозрілість»), примружити очі та посміхнутись («хитрість»); насупити брови, опустити кути роту донизу («образа»); звести брови «пірамідально», опустити нижню щелепу («обурення»); звести брови «будиночком», злегка відкрити рот («злякатися»). Після кожної емоції – розслабляти м’язи обличчя, з 30-секундною паузою.

3. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (7 год.)

Теоретична частина: Поняття та розвиток асоціативного мислення.

Практична частина:

Вправи на увагу: «4 кола уваги», «Дзеркало», «Сповільнений рух», «Тінь», «Трансформатор», «Бум», «Пеленгатор», «Друкарська машинка», «Стільці в коло», «Годинник», «М’яч зі словом», «Земля-повітря».

Вправи на уяву та фантазію: заняття-подорожі, складання та розповідь видуманих історій, «Фантастичні відкриття (обігравання предметів)», «Уявний телевізор», «Будівники», «Ланцюг асоціацій», «Кінострічка», «Доповни картину», «Екран бачення , «Біографія за портретом».

Вправи на пам'ять: «Відтвори композицію», «Опиши картину», « Рух замість цифри», «Пошта», «Хаотичний рух».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Настрій», «Настрій музики», «Створи характер», «Тілесні реакції» (гнів – руки на стегнах, серце калатає, прискорене дихання, виступає піт), «Емоційний самоаналіз».

4. Зняття м'язових та психологічних затисків (7 год.)

Теоретична частина: Важливість м’язової свободи на сцені.

Практична частина: «Виправдати позу», «Перекоти напругу», «Переливання енергії», «Скульптура», «Сіамські близнюки», «Пальма», «Пісок-камінь».

5. Ритмопластика (7 год.)

Теоретична частина: Гармонія тіла з оточуючим світом.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні овочі та фрукти», «Марш».

Вправи на пластику тіла: «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Я - музика», «Місток», «Берізка», «Криве дзеркало».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Фарбуємо».

6. Основи сценічного мовлення (7 год.)

Теоретична частина: Вимова звукосполучень. Відмінність побутового і сценічного мовлення.

Практична частина:

Вправи на дикцію: діалоги скоромовками, «Інша мова», «Переговори».

Вправи на дихання: «Арлекіно», «Мішень», «Кнопки», «Жонглер».

Вправи з орфоепії: Зміна свистячих перед шиплячими (безшумний – бе[жш]умний, з чого – [шч]ого). Зміна шиплячих перед свистячими (сміємся – сміє[с‘:]я, дочці - до[ц‘:]і).

7. Темпоритм (7 год.)

Теоретична частина: Шкала темпоритмів: дуже повільно, повільно, середній темп, швидко, дуже швидко (паніка, хаос).

Практична частина: «П’ять швидкостей», «Мінус швидкість», «Читаємо разом», «Виправданий темп», «Побачення», «Поїзд».

8. Основи сценічного руху (12 год.)

Теоретична частина: Виявлення характеру, поведінки в пластиці ніг.

Практична частина:

Вправи на удосконалення ходи: Імітація ходи моряка, балерини, фехтувальника, ходи дитини і старого і т. д.

Вправи на координацію :«Панас», «Фуете», «На коні».

9. Сценічна дія (18 год.)

Теоретична частина: Робота з уявними предметами. Подолання обставин. Магічне «якби».

Практична частина: Дія за обставин «Як би...». Виправдання поз. Виправдання місця дії. Виправдання рухів. Вправи «Голка», «Кулька», « Скло», «Гойдалка», «Удар струмом», «Злива», «Пофарбована лава», «Заблукав у лісі», «Облила машина».

10. Історія та аналіз танців світу (23 год.)

Теоретична частина: Походження танців та основні елементи рухів Іспанії.

Практична частина: Оволодіння основними елементами рухів. Використання їх у музичних етюдах.

11. Сценічна поведінка (18 год.)

Теоретична частина: Манери та етикет поведінки Іспанії.

Практична частина: Жіноча постава та уклін. Чоловіча постава: подвійний та потрійний уклін. Рухи руками та головою. Комплекс вправ на вдосконалення вміння поводитися зі шляпою, віялом, парасолькою.

12. Етюд. Імпровізація (12 год.)

Теоретична частина: Виразність міміки, жесту, рух тіла , пози та їх важливість для артиста.

Практична частина: «Туга гумка»; «Під дощем», «Трансформери»; «Пташиний двір»; «Кіт і миші».

13. Робота над концертним репертуаром (9 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

14. Підсумок (3 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- театральну термінологію;
- вправи для підготовки голосі і тіла до виступу;
- поняття «м'язова свобода»;
- правила орфоепії;
- особливості роботи в обставинах «якби»;
- походження танців та основні елементи рухів Іспанії.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- вільно володіти навичками емоційного тренажу;
- розслабляти частин тіла по черзі та повністю;
- діяти на сцені доцільно, обґрунтовано;
- володіти основними елементами рухів Іспанії;
- володіти манерами та етикетом поведінки у Іспанії;
- створювати образ в запропонованих обставинах;
- правильно дихати;
- відчувати та чути партнерів на сцені;
- поставити етюд на запропоновані теми;
- працювати в різних сценічних умовах.

Вихованці мають набути досвід у:

- взаємодії з партнером на сцені;
- розборі ролі у виставі чи хореографічній композиції.

Вищий рівень сьомий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор	*практ.*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	2	12	14
2	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	2	14	16
3	Зняття м'язових та психологічних затисків	2	16	18
4	Ритмопластика	2	16	18
5	Темпоритм	2	12	14
6	Історія та аналіз танців світу	6	16	22
7	Основи сценічного руху	4	16	20
8	Сценічна дія	6	16	22
9	Сценічна поведінка	6	16	22
10	Мізансцена	6	10	16
11	Етюд. Імпровізація	4	12	16
12	Робота над концертним репертуаром. Індивідуальна робота	-	12	12

13	Підсумок	-	6	6
	Разом	42	174	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (14 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда «Різновиди театру: театр ляльок, дитячий театр, вуличний театр, драматичний театр, балет, театр тіней, музичний театр, вертеп».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Кроки в присіданні. Вправи «ворона», «декорація». Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», вправи «Передай позу».

2. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (16 год.)

Теоретична частина: Поняття «сценічна віра».

Практична частина:

Вправи на увагу: «Диск», «Трамвай», «Два шрифти», «Арифмометр».

Вправи на уяву та фантазію: "Біографія за ходою", «Доповни картину», "Екран бачення" , «Біографія за портретом».

Вправи на пам'ять: «Відтвори композицію», «Опиши картину», « Рух замість цифри», «Пошта», «Хаотичний рух».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Тілесні реакції» (тривожність – неспокійні рухи, серцебиття, прискорене дихання).

3. Зняття м'язових та психологічних затисків (18 год.)

Теоретична частина: Важливість м'язової свободи на сцені.

Практична частина: «Переливання енергії», «Скульптура», « Затиски по колу», «Дощ», «Постріл».

4. Ритмопластика (18 год.)

Теоретична частина: Ритмопластика як один із засобів створення сценічного образу.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні цифри, овочі та фрукти».

Вправи на пластику тіла: «Мурахі», «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Криве дзеркало».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Тільки руки».

5. Темпоритм (14 год.)

Теоретична частина: Рух на сценічному майданчику в різних швидкостях.

Практична частина: Етюди на фізичну дію з різними пропонованими обставинами (зашнурувати черевики або заплести косичку на контрольній з математики; за десять секунд до виходу на сцену; в переповненому вагоні метро і т.д.); «Виправданий темп», «Побачення», «Юлій Цезар».

6. Історія та аналіз танців світу (22 год.)

Теоретична частина: Походження танців та основні елементи рухів України, Ізраїлю.

Практична частина: Оволодіння основними елементами рухів. Використання їх у музичних етюдах.

7. Основи сценічного руху (20 год.)

Теоретична частина: Скульптурність тіла. Рапідний рух.

Практична частина:

Вправи на удосконалення ходи: вправи для виправлення осанки і ходи; тренування ходи по прямій, із поворотом на ходу, з зупинками, назад зі зміною напряму і темпу; тренування навичок перервності та безперервності в рухах (у повільному та дуже повільному темпах, у нешвидкому та в дуже швидкому, з несподіваним та поступовим переходом від руху до статики і навпаки); тренування умінь виконувати рухи окремими частинами тіла (рукою, ногою, шиєю, пальцями) при повній нерухомості інших.

Вправи на координацію: вправи під музику зі зміною характеру руху; «Уповільнена зйомка»; передача предметів один одному зі зміною ритму музичного супроводу.

8. Сценічна дія (22 год.)

Теоретична частина: Розвиток сценічної сміливості. Поняття «сценічне спілкування». Взаємодія з партнером - основний вид сценічної дії.

Практична частина: Етюди на органічне мовлення: «Вибери партнера», «Звукоізоляційне скло». Етюди на спілкування з імпровізацією тексту: «Обід», «У театрі (мовчання)».

9. Сценічна поведінка (22 год.)

Теоретична частина: Засвоєння стильових ознак пластики українського селянства, панівного класу, церковнослужителів та козацтва (військового). Манери та етикет поведінки Ізраїлю.

Практична частина: Осанка, хода, поклони, характерні пози, жести, володіння хусткою, розворот. Віддання честі. Робота з юбкою, шлейфом. Рухи руками та головою Комплекс вправ на вдосконалення володінням рукавичками, парасолькою, циліндром та тростиною.

10. Мізансцена (16 год.)

Теоретична частина: Поняття «Мізансцена».

Практична частина: Запам'ятати основні правила сценічного етикету ніколи не вставати спиною до глядача, використовувати лаштунки тільки для виходу на сцену, не зачіпати і не чіпати їх під час сценічної дії.

11. Етюд. Імпровізація (16 год.)

Теоретична частина: Ускладнення завдань на виконання етюдів. Постановка етюдів. Поняття музично-пластичної імпровізації.

Практична частина: «Ритмічний етюд», «мімічний етюд», «ритмодинамічний етюд»; етюд-імпровізація під музику на теми: «під дощем», «заєць-боягуз», «на річці» .

12. Робота над концертним репертуаром. індивідуальна робота (12 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

13. Підсумок (6 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- різновиди театру;
- поняття «сценічне спілкування»;
- поняття «мізансцена»;
- походження танців та основні елементи рухів України, Ізраїлю.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- вільно володіти сценічним темпоритмом;
- практично використовувати навички рапідного руху;
- володіти основними елементами рухів України, Ізраїлю;
- володіти манерами та етикетом поведінкив Україні, Ізраїлі;
- доцільно взаємодіяти на сцені з партнером;
- створювати музично-пластичні імпровізації.

Вихованці мають набути досвід у:

- використанні пластики рухів різних країн світу;
- взаємодії з партнером у мізансцені ;
- побудові етюдів для інших виконавців.

Вищий рівень восьмий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор	*практ*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	2	12	14
2	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	2	14	16
3	Зняття м'язових та психологічних затисків	2	16	18
4	Ритмопластика	2	16	18
5	Темпоритм	2	12	14
6	Історія та аналіз танців світу	6	16	22
7	Основи сценічного руху	4	16	20
8	Сценічна дія	6	16	22
9	Сценічна поведінка	6	16	22
10	Мізансцена	6	10	16
11	Етюд. Імпровізація	4	12	16
12	Робота над концертним репертуаром. Індивідуальна робота	-	12	12

13	Підсумок	-	6	6
	Разом	42	174	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (14 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Бесіда ««Різновиди театру: театр ляльок, дитячий театр, вуличний театр, драматичний театр, балет, театр тіней, музичний театр, вертеп».

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Кроки в присіданні. Вправи «ворона», «декорація». Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», вправи «Передай позу».

2. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (16 год.)

Теоретична частина: Важливість сценічної віри при виконанні хореографічної композиції.

Практична частина:

Вправи на увагу: «Диск», «Трамвай», «Два шрифти», «Арифмометр».

Вправи на уяву та фантазію: «Біографія за ходою», «Доповни картину», «Екран бачення», «Біографія за портретом».

Вправи на пам'ять: «Відтвори композицію», «Опиши картину», «Рух замість цифри», «Пошта», «Броунівський рух».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «тілесні реакції».

3. Зняття м'язових та психологічних затисків (18 год.)

Теоретична частина: Психологічне настроювання.

Практична частина: «Переливання енергії», «Скульптура», «Затиски по колу», «Дощ», «Постріл», «Побажай кожному добра», «Сонце», «Пародії»; вправи на контрастну напругу і розслаблення.

4. Ритмопластика (18 год.)

Теоретична частина: Ритмопластика як один із засобів створення сценічного образу.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні цифри, овочі та фрукти», «Подвійний теніс».

Вправи на пластику тіла: «Кактус та верба», «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Криве дзеркало».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Тільки руки».

5. Темпоритм (14 год.)

Теоретична частина: Темпоритм зовнішній і внутрішній.

Практична частина: Етюди на відповідність зовнішнього і внутрішнього темпоритму (швидкість поведінки відповідає внутрішнім відчуттям: бігу, тому

що спізнююся в школу). Етюди на контраст зовнішнього і внутрішнього темпоритму(швидкість поведінки не відповідає внутрішнім відчуттям: біжу на уроці фізкультури, а мрію про подарунки на день народження). «Виправданий темп», «Юлій Цезар», «Хочу-можу» «Де я».

6. Історія та аналіз танців світу (22 год.)

Теоретична частина: Походження танців та основні елементи рухів Індії, Африки.

Практична частина: Оволодіння основними елементами рухів. Використання їх у музичних етюдах.

7. Основи сценічного руху (20 год.)

Теоретична частина: Вікові, національні, професійні та інші властивості людської пластики, як один із засобів творення пластики, зовнішнього вигляду персонажа. Сценічні стрибки. Розвиток сили в акробатичних вправах.

Практична частина:

• Етюди із залученням вікових, національних, професійних та інших властивостей людської пластики.

• Вправи на подолання перепон: «паркан», «канава», «калюжа», перестрибнути через стілець або через партнера. Поетапне відпрацювання окремих елементів: угрупування, рівноваги, стрибучість. На одну і на дві ноги, з опорою і без неї, з подальшим продовженням руху.

8. Сценічна дія (22 год.)

Теоретична частина: Розвиток сценічної сміливості. Сценічне спілкування.

Практична частина: Етюди на органічне мовлення: «Звукоізоляційне скло», «Птахолови». Етюди на спілкування з імпровізацією тексту: «Ремонт», «Зміна ролей», «Розмова очима».

9. Сценічна поведінка (22 год.)

Теоретична частина: Манери та етикет поведінки Індії, Африки.

Практична частина: Осанка, хода, поклони, характерні пози, жести, володіння палицею-мечем.

10. Мізансцена (16 год.)

Теоретична частина: Поняття «Дієва мізансцена».

Практична частина: «Стоп-кадри». Побудова мізансцен на різні теми.

11. Етюд. Імпровізація (16 год.)

Теоретична частина: Ускладнення завдань на виконання етюдів. Постановка етюдів. Поняття музично-пластичної імпровізації.

Практична частина: «Ритмічний етюд», «мімічний етюд», «ритмодинамічний етюд»; етюд-імпровізація під музику на теми: «під дощем», «заєць-боягуз», «на річці».

12. Робота над концертним репертуаром (12 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

13. Підсумок (6 год.)
Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:
- різновиди театру;
- вправи на контрастну напругу та розслаблення;
- походження танців та основні елементи рухів Індії, Африки;
- поняття «дієва мізансцена»;
- основи сценічного руху.

Вихованці мають вміти і застосовувати:
- вільно володіти внутрішнім темпоритмом;
- володіти основними елементами рухів Індії, Африки;
- володіти манерами та етикетом поведінки у Індії, Африці;
- володіти та практично застосовувати сценічні стрибки.

Вихованці мають набути досвід у:
- використанні пластики рухів різних країн світу;
- взаємодії з партнером у виставі;
- побудові парних етюдів для інших виконавців.

Вищий рівень дев'ятий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор	*практ*	*усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	2	12	14
2	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	2	14	16
3	Зняття м'язових та психологічних затисків	2	16	18
4	Ритмопластика	2	16	18
5	Темпоритм	2	12	14
6	Історія та аналіз танців світу	6	16	22
7	Основи сценічного руху	4	16	20
8	Сценічна дія	6	16	22
9	Сценічна поведінка	6	16	22
10	Мізансцена	6	10	16
11	Етюд. Імпровізація	4	12	16
12	Робота над концертним репертуаром. Індивідуальна робота	-	12	12
13	Підсумок	-	6	6
	Разом	42	174	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (14 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Художнє (ігрове) кіно. Мультиплікаційне кіно. Документальне кіно. Науково-популярне кіно.

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Кроки в присіданні. Вправи «ворона», «декорація». Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м'язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», вправи «Передай позу».

2. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (16 год.)

Теоретична частина: Важливість сценічної віри при виконанні хореографічної композиції.

Вправи на увагу: «Диск», «Трамвай», «Два шрифти», «Арифмометр».

Вправи на уяву та фантазію: «Біографія за ходою», «Доповни картину», «Екран бачення , «Біографія за портретом».

Вправи на пам'ять: «Відтвори композицію», «Опиши картину», «Рух замість цифри», «Пошта», «Броунівський рух».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Тілесні реакції» (відчай – опущені плечі та голова, згорбленість).

3. Зняття м'язових та психологічних затисків (18 год.)

Теоретична частина: Психологічне настроювання.

Практична частина: «Переливання енергії», «Глина», «Шаман», « Затиски по колу», «Дощ», «Постріл», «Побажай кожному добра», «Сонце», «Пародії»; вправи на контрастну напругу і розслаблення.

4. Ритмопластика (18 год.)

Теоретична частина: Ритмопластика як один із засобів створення сценічного образу.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні цифри, овочі та фрукти», «Подвійний теніс»,

Вправи на пластику тіла: «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Криве дзеркало».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Тільки руки», «Шаман».

5. Темпоритм (14 год.)

Теоретична частина: Дія в двох темпоритмах.

Практична частина: Етюди на зовнішній і внутрішній темпоритми (зовнішній спокій має поєднуватися з напруженим внутрішнім станом: «Я готую чай для друга, який прийшов за своєю книгою. А я її загубив, придумую виправдовування. Щоб він мене не запідозрив завчасно, я спеціально спокійно готую чай»); «Юлій Цезар», «Хочу-можу» «Де я», «Моя доповідь», «На мосту».

6. Історія та аналіз танців світу (22 год.)

Теоретична частина: Походження танців та основні елементи рухів Азії.

Практична частина: Оволодіння основними елементами рухів. Використання їх у музичних етюдах.

7. Основи сценічного руху (20 год.)

Теоретична частина: Основні технічні прийоми падінь на сцені. Підготовка до падінь, технічні прийоми, техніка безпеки.

Практична частина: падіння на підлогу, зі стільця, через перешкоду. Падіння при вистрілі.

8. Сценічна дія (22 год.)

Теоретична частина: Пошук та аналіз характеру персонажу в хореографічній композиції.

Практична частина: Розігрування ситуацій щодо персонажів, національностей; «Телефонна розмова».

9. Сценічна поведінка (22 год.)

Теоретична частина: Манери та етикет поведінки Азії.

Практична частина: Осанка, хода, поклони, характерні пози, жести, володіння парасолькою та віялами.

10. Мізансцена (16 год.)

Теоретична частина: Індивідуальна мізансцена. Групові мізансцени, масові мізансцени.

Практична частина: Побудова індивідуальних, групових та масових мізансцен.

11. Етюд. Імпровізація (16 год.)

Теоретична частина: Постановка етюдів. Музично-пластичні імпровізації на сцені.

Практична частина: Етюди та пластичні імпровізації на тему «Країни світу», «Інтерв'ю», «Без зупинки».

12 Робота над концертним репертуаром (12 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

13. Підсумок (6 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- різновиди кіно;
- основи сценічного руху;
- походження танців та основні елементи рухів Азії;
- види мізансцен.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- вільно володіти одночасно внутрішнім і зовнішнім темпоритмами;
- володіти технікою сценічних падінь на сцені;
- володіти основними елементами рухів Азії;

- володіти манерами та етикетом поведінки у Азії;
- робити аналіз характеру та дій свого персонажу;
- будувати індивідуальні, групові та масові мізансцени.

Вихованці мають набути досвід у:

- використанні пластики рухів різних країн світу;
- взаємодії з партнером у виставі;
- підбору музично-шумового оформлення уривків вистави чи номеру.

Вищий рівень десятий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу, теми	Кількість годин		
		теор	*практ*	*Усього*
1	Входження організму в тренувальний процес	2	12	14
2	Психічні та пізнавальні елементи роботи актора	2	14	16
3	Зняття м'язових та психологічних затисків	2	16	18
4	Ритмопластика	2	16	18
5	Темпоритм	2	12	14
6	Історія та аналіз танців світу	6	16	22
7	Основи сценічного руху	4	16	20
8	Сценічна дія	6	16	22
9	Сценічна поведінка	6	16	22
10	Мізансцена	6	10	16
11	Етюд. Імпровізація	4	12	16
12	Робота над концертним репертуаром. Індивідуальна робота	-	12	12
13	Підсумок	-	6	6
Разом		42	174	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Входження організму в тренувальний процес (14 год.)

Теоретична частина: Організаційні питання. Техніка безпеки. Режим занять, розклад. Художнє (ігрове) кіно. Мультиплікаційне кіно. Документальне кіно. Науково-популярне кіно.

Практична частина: Вправи для загального розвитку. Вправи для розминки. Ходьба на місці. Ходьба – біг. Ходьба – зупинка. Ходьба на носках. Підстрибування. Біг. Випади однією ногою вперед. Кроки в присіданні. Вправи «ворона», «декорація». Розвиток гнучкості та рухливості тіла, зміцнення м’язів тулуба. Вправи на підлозі. Присідання, нахили, «пружина», вправи «Передай позу».

2. Психічні та пізнавальні елементи роботи актора (16 год.)

Теоретична частина: Важливість сценічної віри при виконанні хореографічної композиції.

Практична частина:

Вправи на увагу: «Диск», «Трамвай», «Два шрифти», «Арифмометр».

Вправи на уяву та фантазію: «Біографія за ходою», «Доповни картину», «Екран бачення, «Біографія за портретом».

Вправи на пам'ять: «Відтвори композицію», «Опиши картину», «Рух замість цифри», «Пошта», «Броунівський рух».

Вправи на розкриття емоційної сфери: тренаж міміки обличчя, «Тілесні реакції».

3. Зняття м'язових та психологічних затисків (18 год.)

Теоретична частина: Психологічне настроювання.

Практична частина: «Переливання енергії», «Глина», «Шаман», «Затиски по колу», «Дощ», «Постріл», «Побажай кожному добра», «Сонце», «Пародії»; вправи на контрастну напругу і розслаблення.

4. Ритмопластика (18 год.)

Теоретична частина: Ритмопластика як один із засобів створення сценічного образу.

Практична частина:

Вправи на виховання ритмічності: Оплески та хода в ритмі оплесків. «Перемикання швидкостей», «Ти», «Ритмічні цифри, овочі та фрукти», «Подвійний теніс»,

Вправи на пластику тіла: «Сад», «Хор і соліст», «Квітка», «Дзеркало» «Криве дзеркало».

Вправи на розвиток виразності рухів рук: «Тінь рук», «Тільки руки», «Шаман».

5. Темпоритм (14 год.)

Теоретична частина: Розвиток відчуття темпоритму. Від темпоритму до почуття. Від почуття - до темпоритму.

Практична частина: «Моя доповідь», «Зупини, якщо зможеш», «Вокзал», «Характер персонажа».

6. Історія та аналіз танців світу (22 год.)

Теоретична частина: Походження танців та основні елементи рухів Грузії.

Практична частина Оволодіння основними елементами рухів. Використання їх у музичних етюдах.

7. Основи сценічного руху (20 год.)

Теоретична частина: Точність реакції актора при створенні ефекту отримання удару як умови створення зорової ілюзії. Стосунки партнерів, страхування і самострахування. Способи озвучування ударів.

Практична частина: Ляпас, способи озвучування. Удари кулаком та ребром долоні, імітація отримання ударів та їх озвучування. Захист від ударів кулаком (ухилення, заслони, відбиви).

8. Сценічна дія (22 год.)

Теоретична частина: Пошук та аналіз характеру персонажу в хореографічній композиції.

Практична частина: Розігрування ситуацій щодо персонажів, національностей; «Телефонна розмова».

9. Сценічна поведінка (22 год.)

Теоретична частина: Манери та етикет поведінки Грузії.

Практична частина: Осанка, хода, поклони, характерні пози, жести.

10. Мізансцена (16 год.)

Теоретична частина: Індивідуальна мізансцена. Групові мізансцени, масові мізансцени.

Практична частина: Побудова індивідуальних, групових та масових мізансцен.

11. Етюд. Імпровізація (16 год.)

Теоретична частина: Постановка етюдів. Музично-пластичні імпровізації на сцені.

Практична частина: Етюди та пластичні імпровізації на тему «Країни світу», «Інтерв'ю», «Без зупинки».

12. Робота над концертним репертуаром (12 год.)

Теоретична частина: Обговорення і аналіз хореографічних номерів згідно репертуару колективу.

Практична частина: Робота над образом. Репетиції по мізансценах. Технічні репетиції. Генеральні репетиції.

13. Підсумок (6 год.)

Підсумкове заняття. Відкрите заняття. Концертна діяльність.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Вихованці мають знати і розуміти:

- різновиди кіно;
- основи сценічного руху;
- походження танців та основні елементи рухів Грузії;
- види мізансцен.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- практично користуватися сценічною вірою при виконанні хореографічної композиції;
- володіти технікою зняття м'язових та психологічних затисків;
- володіти технікою сценічних ударів, їх озвучування, захисту від них;
- володіти основними елементами рухів Грузії;
- володіти манерами та етикетом поведінки у Грузії;
- робити аналіз характеру та дій всіх персонажів на сцені;
- будувати індивідуальні, групові та масові хореографічні композиції.

Вихованці мають набути досвід у:

- використанні пластики рухів різних країн світу;
- взаємодії з партнером у виставі;
- підбору костюмів та музично-шумового оформлення до вистав, чи хореографічних композицій;

- аналізувати та створювати власні образи для вистави чи хореографічного номеру;
- постановки номерів чи уривків вистав за допомогою імерсійних засобів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Chubback I. The Power Of The Actor. The Chubbuck Technique. LA: «Avery», 2005. 400p.
2. Барнич М. Майстерність актора: техніка «обману». Навч. пос. Збільшений формат В5. Київ: «Ліра-К», 2022. 304с.
3. Будянський В.І., Будянський Д.В. Шкільний театр: Навч.посібник.Суми: ВАТ “СОД”, вид-во “Козацький вал”, 2002.184с.
4. Ворожейкіна О. М. Театр для малюків (початкова школа). Харків: Основа. 2010. 208с.
5. Ворожейкіна О.М. Театральна вітальня (середня школа) Харків: Видавничагрупа "Основа", 2010. 207 с.
6. Ворожейкіна О.М. Театральна вітальня (старша школа) Харків: Видавничагрупа "Основа", 2010. 207 с.
7. ПатрісПаві: Словник театру. Львів, 2006. 640 с.
8. Софронова Л. Старовинний український театр. Львів : ЛНУ імені І. Франка, 2004. 336 с.
9. Тарканова А.П. Танцюйте з нами. Львів: Вид-во «Нова книга», 2010. 330с.