Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«КРЫМСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В. И. ВЕРНАДСКОГО»
Гуманитарно-педагогическая академия (филиал) в г.Ялте
Экономико-гуманитарный колледж

Методические рекомендации по дисциплине

Сценическое движение

Специальность
53.02 04 Вокальное искусство

Организация самостоятельной работы студентов – достаточно сложная и трудоемкая работа, если только не подходить к этому виду учебной работы формально. Результаты и качество учебной деятельности зависят от уровня готовности студентов к самостоятельной работе и навыков, от степени их готовности к преобразующей убной и исследовательской деятельности, которая определяется личной подготовленностью к этому виду учебной работы, желанием заниматься самостоятельно и возможностью реализовать это желание, а также от самостоятельности мышления.

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

Основными признаками самостоятельной работы студентов принято считать:

- наличие познавательной или практической задачи, проблемного вопроса или задачи и особого времени на их выполнение, решение;
- проявление умственного напряжения мысли обучаемых для правильного и наилучшего выполнения того или иного действия;
- проявление сознательности, самостоятельности и активности студентов в процессе решения поставленных задач;
- владение навыками самостоятельной работы;
- осуществление управления и самоуправления самостоятельной познавательной и практической деятельностью студентов.

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

В различных формах учебного процесса самостоятельность обучаемых проявляется по-разному: от простого воспроизведения, выполнения задания

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

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

.**Методические рекомендации:**

1. Разделы курса, предназначенные для самостоятельной проработки

1. **Тренинг.**
2. **Сценические падения.**
3. **Взаимодействие с партнером.**
4. **Взаимодействие с предметом.**
5. **Специальные сценические навыки.**
6. **Работа над пластикой в спектакле или отрывке.**

РАЗДЕЛ 1:

Тренинг - это базовый раздел предмета “Сценическое движение и акробатика”, разработанный на основе упражнений общеразвивающей гимнастики, адаптированных для телесной подготовки студента.

Задачи раздела: создать надёжную базу для всех остальных разделов предмета; создать базу для других дисциплин движенческого цикла; снабдить актера программой, методикой и комплексами упражнений для постоянной работы над собой.

ТЕМА 1. Подготовительный тренинг.

ЗАДАЧА – подготовка костно-мышечного аппарата студента к активной работе на уроке

ТЕМА 2. Развивающий тренинг.

ЗАДАЧИ – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоническое состояние костно-мышечного аппарата студента. Вычленение индивидуальных проблем каждого студента. исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врождённых и приобретённых, творца смягчение или прикрытие тех из них, которые не могут быть устранены.

Гибкость - повышение подвижности отдельных частей тела и общей гибкости.

Упражнения для развития пассивной гибкости.

Упражнения для развития активной гибкости.

Сила - укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног.

Динамические упражнения.

Упражнения для развития взрывной силы.

Статические (изометрические) упражнения.

Скоростная подготовка - совершенствование скоростных возможностей тела, повышение чувства времени, освоение понятий темпа и ритма. Повышение реактивных возможностей. Расширение диапазона скоростей.

Упражнения на развитие чувства времени и согласование пространственно–временных параметров движения.

Выносливость - повышение выносливости и устойчивости по отношению к нагрузкам.

Аэробные упражнения с большим количеством повторений.

Координация движений - повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков.

Координационные упражнения для рук, выполняемые в одной, двух, трёх плоскостях и со сменой плоскостей. Сочетание координационных упражнений для рук с различными движениями ног.

Равновесие - повышение чувства равновесия (тренировка вестибулярного анализатора). Повышение устойчивости тела (оперирование центром тяжести).

Дыхание - координация дыхания с простейшими движениями. Повышение устойчивости дыхания при физических нагрузках.

ТЕМА 3. Пластический тренинг

ЗАДАЧИ – развитие внутреннего ощущения движения

Освобождение мышц - произвольное управление мышечными напряжениями.

Упражнения: Попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях. Расслабление отдельных групп мышц без предварительного их напряжения. Расслабление одних мышц при одновременном напряжении других. “Переливание” напряжений и расслаблений из одних мышц в другие. Выработка контроля за мышечными

напряжениями. Развитие выразительности, ощущения формы, жеста, пространства, ловкости.

ТЕМА 4. Специальный тренинг.

ЗАДАЧИ - Приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач.

Упражнения, направленные на развитие чувствительности вестибулярного аппарата, обострение чувства равновесия и устойчивости тела, развитие чувства инерции движения, чувства партнера.

***РАЗДЕЛ 2* Сценические падения**

Задачи раздела: освоение техники различных падений, развитие способности управлять инерцией движения, контролировать процесс движения, после потери равновесия

Упражнения по освоению основных биомеханических принципов различных схем сценических падений.

Пассивные падения: подготовительные упражнения к пассивным падениям – например, падения из положения, сидя, стоя на коленях, пассивные падения из положения стоя в различных направлениях.

Активные падения: подготовительные упражнения к активным падениям, приёмы самостраховки, активные падения в различных направления

***РАЗДЕЛ 3.* Взаимодействие с партнером**

Задачи раздела: дать будущему режиссеру опыт осознанного взаимодействия с вычлененными в учебных целях основными компонентами сценического действия: собственным телом, партнёром (или группой

партнёров), пространством и предметной средой.

ТЕМА 1. Взаимодействие с партнёром в группе.

Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации (сопоставление внешних сигналов – зрительных, слуховых, тактильных – с внутренними сигналами – проприорецептивными, вестибулярными), требующие согласования движений во времени и в пространстве в соответствии с движениями и действиями партнёров или согласования с партнёром характера и стилистики движений.

Взаимодействие с партнёром:

Упражнения, базирующиеся на согласовании движений партнёров.

Упражнения на доверие, при которых глаза одного из партнёров закрыты.

Игры, в которых имеет место активное единоборство, столкновение сторон.

Взаимодействие в группе:

Упражнения на групповые перемещения по площадке.

Игры с элементами борьбы или соревнования, в которых условия и задачи развертывающейся в них борьбы требуют сотрудничества всех играющих (участников команды).

Групповые импровизации на предложенное одним из участников движение с сохранением ритма, темпа, энергетики, диапазона, характера, стилистики предложенного движения.

***РАЗДЕЛ 4.* Взаимодействие с предметом**

Задачи раздела: дать опыт простейших приёмов обращения с предметом – метания, ловли, поднятия, переноски, передачи, вращения и баланса предмета, научить точному учёту пространства и времени.

ТЕМА 1. Элементы жонглирования

Изучение техники простейших приёмов манипуляции предметами различной формы, величины и веса.

Упражнения и игры с мячами и другими предметами. Жонглирование мячами, кольцами, булавами, гимнастическими палками и шестами.

Упражнения, дающие навыки мастерского обращения с предметами, базирующиеся на высоком уровне координации движений и на точном учёте пространства и времени; упражнения, развивающие фантазию и находчивость актёра при обыгрывании предмета в сценическом действии.

Постижение основ взаимодействия с предметом – освоение “классических” техник законов, принципов: элементы жонглирования, манипуляции и балансирования – работа с традиционным цирковым и гимнастическим

реквизитом. Перенос освоенных техник на нетрадиционный для цирка реквизит: работа с бытовыми предметами: бутылками, швабрами, тарелками и т. д.

Игры с тканью – манипуляции, драпировки.

Упражнения и игры с театральным реквизитом.

Освоение исторического реквизита.

игра с веером, тростью, лорнетом, игральными картами и т. д

Игры с элементами одежды.

манипуляции с цилиндром, плащом, перчатками и т. д.

Игры и игровые этюды с предметами и элементами предметной среды.

РАЗДЕЛ 5 **Специальные сценические навыки**

Задача раздела: освоение “ряда приёмов сценической техники, которые требуют особой тренировки” (К.С.Станиславский), т. е. освоение тех действий, которые не могут быть выполнены на сцене в бытовом, житейском варианте, т. к. имеют свою специфику при переносе их на сцену: например, “иллюзия, что один бьёт другого, даёт пощёчину, падает, спотыкается...” (К.С.Станиславский).

ТЕМА 1. Различные способы передвижения и преодоления препятствий.

Упражнения, совершенствующие биомеханику основных локомоторных движений.

Ходьба: биомеханика правильной походки; ходьба в различных сочетаниях пространства и времени.

Бег: разные виды бега; разные характеры бега.

Прыжки: в длину, высоту, глубину, через препятствия (опорные и безопорные).

Различные приемы лазания, ползания, подлезания, пролезания; висы, упоры.

Передвижения с различными техническими задачами.

Трансформации походки. Различные характеры походки.

Передвижения в различных предлагаемых обстоятельствах.

ТЕМА 2. Переноска партнёра

Отработка различных способов переносок партнёра в различных сценических обстоятельствах.

Подъём партнёра с пола, опускание партнёра на пол, сбрасывание партнёра на пол.

Перетаскивание партнёра (все способы).

Переноска партнера на руках, на спине, на обоих плечах.

Переноски двумя или несколькими партнёрами одного: бытовые, ритуальные.

ТЕМА 3. Трюковые падения.

Падения с партнёром на руках, на плечах.

Падения со стула.

Падения через препятствия.

Падения с возвышения из различных положений.

ТЕМА 4. Взаимодействие с пространством.

Упражнения, повышающие ориентацию на плоскости (планшете сцены) по направлению, по расстоянию и в трехмерном пространстве сцены, совершенствующие чувство направления и дистанции; подготовительные упражнений к работе над пластикой мизансцен.

Ориентация на плоскости (планшете сцены) по направлению.

Ориентация на плоскости по расстоянию: понятие *дистанции*, выработка *чувства дистанции.*

Ориентировка по направлению и расстоянию.

Перемещение в трёхмерном пространстве сцены.

Организация движения во времени и пространстве – различные сочетания пространственных перемещений и временных отрезков.

Упражнения и этюды на воспитание чувства пространственной композиции.

***РАЗДЕЛ 6* Работа над пластикой в этюде, спектакле и отрывке.**

Задачи раздела: дать студенту опыт практической работы над ролью в спектакле.

ТЕМА 1. Рече-двигательная координация

Упражнения, нарабатывающие взаимосвязь и взаимодействие движений тела с речью в одинаковых, разных и меняющихся темпо-ритмах, базирующиеся на упражнениях моторного типа, заимствованных из темы "Координация движений".

Сочетание движений рук и ног в разных рисунках, направлениях и темпах с логическим текстом разной трудности (таблица умножения, стих).

Сочетание ритмизованной (стихотворной) речи с аритмичным движением, со сменой скоростей и расстояний.

ТЕМА 2. Специальный стилево-пластический тренинг.

Выработка и освоение пластического языка конкретного спектакля в зависимости от автора, жанра, стилистики, режиссёрского решения и т. д.

Упражнения, развивающие психофизические качества, наиболее востребуемые в данном конкретном спектакле или фильме.

Коллективные игры и импровизации, направленные на поиск пластического языка, стилистических особенностей будущего спектакля или фильма.

ТЕМА 3. Работа над пластикой в ходе репетиций.

Практическая работа над пластикой роли в отрывке, спектакле.

Работа над пластическими характеристиками образа.

Работа над пластикой мизансцен.

Работа над пластическим образом сцены

При самостоятельной работе над разделами задача студентов состоит не столько в заучивании упражнений и элементов, сколько в понимании и освоении возможностей применения того, или иного навыка в сценическом действии.

Например:

- в разделе «Тренинг» целью является формирование студентом индивидуальной, наиболее эффективной именно для него, системы упражнений для самостоятельных занятий;
- в акробатическом разделе, предусматривающем (кроме вышеупомянутых задач) значительное повышение дисциплины и ответственности студентов (особенно в рамках самостоятельных занятий), следует обратить внимание на трансформацию спортивного навыка в сценический, т.е. исполнение любого элемента должно быть обусловлено логикой действия и иметь внутреннюю причинно-следственную связь. И т.д. по всем разделам.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

«Классический танец» Репертуар концертмейстера № 1 С.-П., «Композитор» 2004г

«Классический танец» Музыка на уроке. С.-П., «Композитор» 2004г

«Историко-бытовой танец». Концертный репертуар преподавателя-хореографа

С.-П., «Союз художников» 2003г.

«Историко-бытовой танец» Репертуар концертмейстера № 3

С.-П., «Композитор» Санкт Петербург 2002г.

Дополнительные источники:

11.Станиславский К. С. Моя жизнь в искусстве. – М.: «Искусство», 1980

2.Станиславский К. С. Работа актера над собой. Работа актера над ролью. – М.: «Искусство», 1980

Интернет-ресурсы

http://znanium.com

http://psystudy.ru/

http://www.voppsy.ru/ www.medpsy.ru www.psylib.org.ua