

**Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
«Детская школа искусств г. Печора»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
в области театрального искусства  
«Основы сценического мастерства»**

Направленность: общеразвивающая  
Вид программы: ознакомительная  
Срок реализации программы: 1(2) года  
Возраст обучающихся: от 9 лет  
Занятия групповые, индивидуальные.

Печора  
2025 г

ОДОБРЕНО  
Методическим советом  
Протокол № 1  
«23» октября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДШИ г. Печора»  
\_\_\_\_\_ А. Н. Зарянко  
«23» октября 2025 г.

Составитель: Зарянко А. Н., Толстикова С. В.

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1. Основные характеристики программы:**

**1.1. Дополнительная общеразвивающая программа «Основы сценического мастерства» (далее - Программа) реализуется в соответствии с художественной направленностью дополнительного образования.**

Программа составлена с учетом:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года, № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573)
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831);
- Устав МАУ ДО «ДШИ г. Печора»;
- Образовательная программа МАУ ДО «ДШИ г. Печора».

**Актуальность программы** заключается в удовлетворении потребности самореализации детей. Данная программа дает возможность детям раскрыть свои таланты в области сценической деятельности: актерское мастерство, сценическая речь, сценическое движение. Перед детьми она открывает завесу театрального искусства: познания в области истории театра, знания, умения, навыки в области сценического движения. Также данная программа предусматривает познания основ режиссуры, тем самым, дает возможность, реализовать свои творческие способности. Благодаря тому, что в ней заложена идея использования потенциала театральной педагогики, позволяющей развивать личность обучающегося, оптимизировать процесс развития речи, голоса, чувства ритма, пластики движений.

### **1.2. Отличительные особенности программы**

Нетрадиционная форма проведения занятий (театрализованные рассказы и беседы от имени литературных героев).

Вовлечение детей в проведение, игры, сюрпризных моментов, обыгрываний импровизаций с применением образного мышления.

Очевидно, что театрализованная деятельность учит детей быть творческими личностями, способными к восприятию новизны, умению импровизировать. Это симбиоз многих искусств, вступающих во взаимодействие друг с другом. Поэтому занятия сочетаются с занятиями танцем, музыкой, логоритмическими и партерными этюдами, беседами об искусстве.

Данная программа учитывает эти особенности и рассматривает их как возможность воспитывать зрительскую и исполнительскую культуру. Сценическое искусство имеет незаменимые возможности духовно-нравственного воздействия. Обучающийся, оказавшийся в позиции актёра-исполнителя, может пройти все этапы художественно-творческого осмысления мира.

В рамках модернизации российского образования (в частности, дополнительного) изменены концептуальные подходы и методологические установки к образовательному процессу:

- смешены акценты с освоения фундаментальных знаний по предмету на социализацию и профессионализацию личности средствами современных знаний и технологий по направлению деятельности;
- изменены подходы к структуре и содержанию образовательного процесса с учетом интеграции общего и дополнительного образования;
- усовершенствована структура образовательного процесса за счет внедрения комплекса интегрированных учебных дисциплин: актёрское мастерство, сценическая речь, сценическое движение, грим.
- изменены подходы к реализации долгосрочной программы (поэтапно с учетом возрастных особенностей);

**1.3. Педагогическая целесообразность** определена тем, что ориентирует на приобщение ребенка к театральной культуре и искусству в целом. Позволяет применить полученные знания, умения и навыки сценического творчества в повседневной деятельности, улучшить образовательный результат, на создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическому сценическому (театральному) образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и театральную культуру. Развитие сценических способностей помогает более тонкому восприятию искусства в целом. Кроме того, педагогическая целесообразность образовательной программы основывается на формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (спектакль) и в формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных заданий.

#### **1.4 Цель программы:**

- развитие изначальной природной одарённости обучающихся;
- обучение элементарным основам по предметам театральных дисциплин;
- воспитание общей культуры поведения и общения в творческом коллективе.

#### **1.5 Задачи:**

- Раскрыть индивидуальность ребенка.

- Расширить и углубить знания в области культуры театра.
- Способствовать формированию нравственно – эстетических качеств личности и вкуса.
- Способствовать углублению духовно-личностного развития детей и подростков.
- Способствовать жизненному самоопределению.
- Раскрепощение, снятие телесных и психологических зажимов.
- Дать возможность ощутить свое тело и свой голос, как «инструмент».
- Развить воображение и внимани

### **Возраст учащихся, которым адресована программа (от 9 лет)**

В этом возрасте развиваются потребности и формируются на этой основе разнообразные интересы. Важнейший интерес в этот период – познавательный, обеспечивающий развитие любознательности. В своей деятельности проходит путь от интереса к процессу совершения действий до интереса к результатам своей деятельности, когда появляется определенная целеустремленность в действиях.

Обучающиеся 9-10 лет - средний школьный возраст, который называют вершиной детства. Ребенок сохраняет много детских качеств — легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу вверх. Но он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, у него появляется другая логика мышления.

С поступлением ребенка в школу игра постепенно теряет главенствующую роль в его жизни, хотя и продолжает занимать в ней важное место. Ведущей деятельностью младшего школьника становится учение, которое существенно изменяет мотивы его поведения.

Обучающиеся 11-14 лет - переходный от детства к юности.

Характеризуется глубокой перестройкой всего организма. Половое созревание вносит серьезные изменения в жизнь ребенка, нарушает внутреннее равновесие, вносит новые переживания, влияет на взаимоотношения мальчиков и девочек.

Стоит обратить внимание на такую психологическую особенность данного возраста, как избирательность внимания. Это значит, что они откликаются на необычные, захватывающие внимание информацию и задания, а быстрая переключаемость внимания не дает возможности сосредотачиваться долго на одном и том же деле. Однако, если создаются трудно преодолеваемые и нестандартные ситуации, дети занимаются с удовольствием и длительное время.

Обучающиеся 15-17 лет - ведущее место в учебной деятельности у старших школьников занимают мотивы, связанные с самоопределением и подготовкой к взрослой жизни. Познавательные мотивы связаны с широкими социальными мотивами. На первый план выдвигается произвольная мотивация. Старший школьник в выборе способов деятельности руководствуется уже сознательно

поставленной целью.

### **Допустимость программы для различных категорий обучающихся.**

Программа рассчитана на полноценную, безбарьерную среду, где все обучающиеся с особыми образовательными потребностями могут посещать занятия, что позволяет им быть адаптированными и социализированными как среди сверстников, так и в обществе.

Образование детей, имеющих особые образовательные потребности, проводится по индивидуальному образовательному маршруту в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка, медицинскими рекомендациями, рекомендациями специалистов на основе решения ПМПК. Дети с ограниченными возможностями здоровья занимаются по той же программе, но с особым подходом педагога, учитывая все вышеперечисленные рекомендации.

#### **1.4. Формы занятий:**

Возможные формы организации деятельности учащихся на занятии:

- индивидуальная;

- групповая.

Аудиторные и внеаудиторные (в т.ч. самостоятельные) занятия.

Занятия проводятся по группам и индивидуально

#### **1.6. Учебный план**

**Объем программы – 99 часа в год на обучающегося.**

**Срок реализации и уровни программы- 1(2) года.**

**Режим занятий**

2 раза в неделю по 1, 2 занятия продолжительностью 40 минут (перерывом 10 минут).

#### **Рабочий учебный план:**

| <b>№</b>      | <b>Наименование предмета</b> | <b>Форма занятия</b> | <b>Кол-во часов в неделю</b> |
|---------------|------------------------------|----------------------|------------------------------|
| 1.            | Сценическая речь             | групповая            | 1                            |
| 2.            | Сценическое движение         | групповая            | 1                            |
| 3.            | Актерское мастерство         | групповая            | 1                            |
| <b>Всего:</b> |                              |                      | <b>3</b>                     |

По желанию родителей (законных представителей) предусмотрены индивидуальные занятия

## **2. Планируемые результаты**

### **2.1. Планируемые результаты**

В результате изучения программы обучающиеся:

- приобретают навыки работы в коллективе и умение взаимодействовать с партнером;
- приобретают первичные навыки актерского искусства, начальное понимание особенностей театрального искусства и их социальной роли, т.е. значение в жизни человека и общества;
- учатся анализировать поставленные актерские задачи, приобретают знания в области театральных деятелей, учатся активно использовать театральные термины и понятия;
- приобретают навыки общения через выражение сценического действия, выражение эмоционального состояния, своего отношения к творческой театральной деятельности, а также при восприятии театральных постановок и творчества своих сверстников;
- приобретают знания о роли актера в различных сферах жизнедеятельности человека;
- приобретают навыки бессловесного действия;
- приобретают первичные навыки в области режиссуры и работы над спектаклем, инсценировкой, зритом песни, зритом стихов, этюдов.

### **2.2. Способы и формы проверки результатов**

В течение учебного года воспитанники принимают участие в конкурсах и фестивалях чтецов, инсценировок и др. В конце каждого года проводится итоговое занятие или выступление на мероприятиях.

Текущий контроль ЗУН обеспечивается методикой, демонстрирующей уровень развития следующих параметров:

- актерские навыки;
- чувство ритма;
- импровизация;
- сценическая речь;
- сценическое общение.
- Контроль осуществляется 2 раза в год – на начало и конец года, и итоговый – на конец обучения по программе.

### **3. Основные общепедагогические принципы и методы, лежащие в основе программы «Основы сценического мастерства»**

- доступность;
- добровольность;
- наглядность;
- научность-от простого к сложному

#### **Главный методологический принцип преподавания программы:**

– освоение закономерностей человеческого поведения в сценических условиях. Работая на сценической площадке, обучающиеся учатся не только основам актерского мастерства, но и обретают такие качества личности, которые помогают им в жизни: уверенность в своих силах, концентрация, умение свободно держаться на публике, думать и действовать в условиях экстремальной ситуации, самостоятельность мышления, творческое воображение, взаимодействие с партнером. Осваивая театральные дисциплины, учатся творческому мышлению, плодотворному трудовому сотрудничеству с разными людьми, культуре общения. Репетиции, совместная работа над сценарием, перевоплощение позволяет обучающемуся реализовать свои творческие способности.

#### **Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации деятельности**

- *Эмоциональные методы*: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью.
- *Познавательные методы*: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий.
- *Волевые методы*: предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, самооценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование деятельности.
- *Социальные методы*: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка.

## **2. Учебно-тематический план**

### **2.1. Примерный учебно-тематический план первого года обучения**

| <b>№</b> | <b>Тема занятий</b>                 | <b>Всего часов</b> | <b>Теория (час)</b> | <b>Практик (час)</b> | <b>Формы аттестации, диагностики, контроля</b> |
|----------|-------------------------------------|--------------------|---------------------|----------------------|--|
| 1.       | <b><u>Вводное занятие.</u></b>      | <b>1</b>           | <b>1</b>            | <b>1</b>             | <b>опрос</b>                                   |
| 2.       | <b><u>Актерское мастерство:</u></b> | <b>25</b>          | <b>5</b>            | <b>20</b>            | <b>показ</b>                                   |

|    |  |    |    |    |                      |
|----|--|----|----|----|----------------------|
| 3. | <u>Сценическая речь:</u>   | 25 | 4  | 21 | опрос                |
| 4. | <u>Постановочная работа.</u>   | 25 | 3  | 22 | Контрольный показ    |
| 5  | <u>Сценическое движение.</u>   | 10 | -  | 10 | показ                |
| 6  | <u>Групповые мероприятия, экскурсии, посещение и участие районных мероприятий.</u> | 4  | -  | 4  | Участие в конкурсах. |
|    | <u>Итого:</u>  | 99 | 13 | 86 |                      |

## 2.2. Программное содержание первого года обучения.

### 1. Раздел «Вводное занятие»

Теория: Беседа с детьми о целях и задачах объединения, правилах поведения на занятиях. Ознакомительная беседа о театральном искусстве

Практика: Игры на знакомство: «Визитная карточка», «Снежный ком», «Автограф» и т.д.

### 2. Раздел «Актерское мастерство».

Теория: Ознакомление обучающихся с понятиями:

*актёрская оценка* – это способность откорректировать своё поведение по отношению к предмету, партнёру, событию, *сценическое внимание* – активный познавательный процесс, в котором участвуют зрение, слух, осязание, обоняние, как необходимое условие органического действия.

*Внимание (сценическое внимание).* Очень активный сознательный процесс концентрации воли для познания окружающей действительности, в котором участвуют все системы восприятия - зрение, слух, осязание, обоняние.

Главная задача педагога научить детей удерживать своё внимание внепрерывно активной фазе в процессе сценического действия.

Видеть, слышать, воспринимать, ориентироваться и координироваться в сценическом пространстве.

*Воображение и фантазия.* Воображение – ведущий элемент творческой деятельности. Без воображения не может существовать ни один сегмент актерской техники.

*Фантазия и воображение.* Необходимо развивать в раннем детском возрасте,

т.к. именно детям свойственна творческая наивность и полная уверенность, с которой они относятся к собственным вымыслам. Развитие этих элементов способствует развитию ассоциативного и образного мышления.

Изучается понятие-«мускульная свобода» - это первый этап к органичному существованию на сцене.

Научить обучающихся расходовать ровно столько мышечной энергии, сколько ее необходимо для совершения того или иного действия.

Обучающийся изучает понятие: «Мышечная свобода»- основной закон органического поведения человека в жизни.

### **Практика:**

Упражнения психофизического тренинга:

- *разогревающие* – связанные, как правило, с расчленением опорно-двигательного аппарата на биомеханические звенья и разминкой каждого звена в отдельности;
- *основные* – упражнения в конкретных предлагаемых обстоятельствах, с разминкой, как отдельных звеньев, так и всего биомеханического аппарата в целом.
- *упражнения на включение воображения* - «превращение комнаты в магазин, бассейн, космический корабль и т.д.». Обучающиеся превращаются сами, оживляя, наделяя характером неодушевлённые предметы (чайник, дерево, хрустальная ваза, часы и т.д.), подключая физические действия.

На занятиях проводится Импровизация на включение воображения под музыку:

- Имитация и сочинение различных необычных движений.
  - Сочиняют сказку вместе (по фразе, по одному слову)
- Проводятся упражнения психофизического тренинга и актерского тренинга:
- разогревающие – связанные, как правило, с расчленением опорно-двигательного аппарата на биомеханические звенья и разминкой каждого звена в отдельности;
  - основные – упражнения в конкретных предлагаемых обстоятельствах, с разминкой, как отдельных звеньев, так и всего биомеханического аппарата в целом.
  - упражнения на включение - обучающиеся превращаются сами, оживляя, наделяя характером неодушевлённые предметы, подключая физические действия.

Происходит постановка одиночных этюдов по темам:

- этюды на эмоции,
- на выразительность жеста,
- на развитие органики.

Актерский тренинг предполагает широкое использование элемента игры, т.к. именно игра приносит с собой чувство свободы, непосредственность, смелость.

Упражнения на освобождение мышц, физических зажимов;

4. Координация в пространстве.

-Постановка одиночных этюдов по темам:

- этюды на эмоции,
- на выразительность жеста,
- на развитие органики.

-Актерские тренинги и упражнения;

-Мускульная свобода.

-Освобождение мышц

- Развитие актерского внимания

-Фантазия и воображение

5. Техника актерской игры, основы исполнительского мастерства

5.1. Сценическое действие

5.2 Предлагаемые Обстоятельства

5.3. Темпо-ритм

### **3. Раздел «Сценическая речь»**

**Теория:** Беседы на тему: «Правила гигиены голоса», «Способы закаливания голоса» «Гигиенический и вибрационный массаж лица»

**Практика:** Упражнения:

**а)** на укрепление мышц, участвующих в речевом процессе;

**б)** на снятие мышечных и психологических зажимов (упражнения «Марионетка», «Взрыв», «Расслабляющий массаж», «Железное тело» «Шалтай-болтай» и т.д.).

-Дыхание:

а) Тренируем верное дыхание (упражнения «Мяч», «Резиновая кукла», «Шарик» и т.п.).

б) Знакомство с понятием «фонационное» (звучашее) дыхание (упражнения «Жилет», «Комар», «Котенок»).

в) Тренировка мышц дыхательного аппарата:

- подготовка к дыхательному тренингу (упражнения на разные группы мышц;

- дыхательный тренинг.

-Артикуляционная гимнастика:

- упражнения для языка;
- упражнения для губ;
- упражнения для челюсти.

*Работа над скороговорками:* разучивание простых скороговорок с постепенным увеличением темпа («От топота копыт», «Король-орёл», «Бык тупогуб», «Шла Саша», «Ела, ела Клаша кашу вместе с простоквашей», «Сорок сорок в короткий срок съели сырок», «Хорош пирожок, внутри творожок» и т.д.)

Работа с дыханием.

Ровное и глубокое дыхание. Развивать умение задерживать и отпускать дыхание. (Глубокий, медленный вдох - быстрый выдох и наоборот). Проводятся занятия по темам: «Психомышечная тренировка без фиксации внимания на дыхании», «Психомышечный тренинг с фиксацией внимания на дыхании», «Напряжение и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица», «Перекат напряжения из одной части тела в

другую», «Снятие телесных зажимов», «Зрительная и слуховая память», «Эмоциональная и двигательная память», «Мышечная и мимическая память».

#### **Раздел 4«Постановочная работа».**

**Теория:**Повествовательный и драматический текст. Речевая характеристика персонажа. Речевое и внеречевое поведение. Монолог и диалог.

**Практика:**Подготовка миниатюр, небольших тематических сценических композиций, которые свободно могли бы стать частью любой концертной программы. Постановочная работа делится на несколько этапов. Выбор материала должен проходить при тесном творческом сотрудничестве и заинтересованности обучающихся. При этом, чем более живо и активно будет проходить этот первый этап, тем проще будет строиться дальнейшая работа над уже утверждённым коллективным решением материалом. Тем проще обучающимся будет «присвоить» его себе.

Кроме того, возможен вариант эпизодического участия в спектаклях групп второго года обучения.

---

#### **Раздел 5: «Сценическое движение».**

**Теория:**Знакомство обучающихся собственным телом: с его анатомией, с его физическими и психофизическими качествами, с его двигательными возможностями, с его проблемами и ограничениями.

##### **Практика:**

- упражнения по коррекции осанки, коррекции походки.
- упражнения на развитие гибкости и силы (различные виды отжиманий, подтягиваний, приседаний, наклонов, прогибаний, поворотов; парные упражнения со всевозможными видами сопротивления партнёра, локомоторные упражнения; упражнения на развитие прыгучести; статистические упражнения; волевая гимнастика).
- упражнения, регулирующие мышечный тонус, позволяющие снимать излишние мышечные напряжения, т.е. развивающие качество, которое в театральной практике называется свободой мышц.
- упражнения, совершенствующие координацию движений, развивающие умение изолировать отдельные движения, сравнивать между собой, сознательно управлять ими и приспособлять к препятствиям (против вращения различных частей тела, упражнения циклического характера, поочерёдные упражнения).

#### **6. Посещение мероприятий, экскурсии, групповые мероприятия.**

В плане учебной работы предусмотрены посещения театров, как профессиональных, так и детских. Также в него включены групповые мероприятия, направленные на улучшение атмосферы в группе: день именинника – один раз в три месяца; новогодний огонёк; день Защитника Отечества; Международный женский день; празднование Международного Дня Театра; игровая программа «Здравствуй, лето!» и т. д.

## 2.3. Учебно-тематический план второго года обучения

| №  | Тема занятий   | Всего часов | Теория (час) | Практика (час) | Формы аттестации, диагностики, контроля |
|----|--|-------------|--------------|----------------|---|
| 1. | <u>Вводное занятие.</u>  | 1           | 1            | 1              | опрос                                   |
| 2. | <u>Мастерство актёра:</u>  | 25          | 5            | 20             | этюды                                   |
| 3. | <u>Сценическая речь:</u>   | 25          | 4            | 21             | Правильное произношение скороговорок    |
| 4. | <u>Постановочная работа.</u>   | 20          | 3            | 17             | Постановка спектакля                    |
| 5  | <u>Сценическое движение.</u>   | 15          | -            | 15             | показ                                   |
| 6  | <u>Посещение и участие в районных мероприятиях экскурсии, групповые мероприятия.</u> | 5           | -            | 5              | Участие в конкурсах                     |
|    | <u>Итого:</u>  | 99          | 20           | 79             |   |

## 2.3 Программное содержание второго года обучения.

### Раздел1. Вводное занятие.

**Теория:** Впечатления обучающихся о каникулах в форме маленького публичного рассказа. Им предлагается создать несколько этюдов на летнюю тематику из реальной или вымышенной жизни.

**Практика:** Игры на знакомство: «Первая буква имени», «Я никогда не...» и т.д. Беседа-опрос по теоретическим понятиям в области театральных дисциплин, которые были пройдены за первый год обучения.

### Раздел 2 «Актерское мастерство».

**Теория:** Изучение понятий: *Органическое молчание* – процесс органического действия без слов.

Действовать при помощи логики физических действий. *Событие* – действенный факт, меняющий логику поведения исполнителей.

*Исходное событие* – действенный факт, с которого началась история.  
*Центральное событие* – кульминация, наивысшая точка накала по линии сквозного действия.

*Главное событие* – финал, чем закончилась история.

*Сверхзадача* – утверждение авторской позиции по отношению к поставленной проблеме, посредством художественной организации доказательств.

**Практика:** Психофизический тренинг;

- Пластические этюды;
- Этюды на развитие ассоциативного мышления;
- Актёрская импровизация;
- Освоение этапов работы над ролью;
  - определение действенного конфликта и центрального события в этюде;
  - определение центрального события каждого действующего лица на протяжении всего этюда;
  - раскрытие предлагаемых обстоятельств и установление взаимоотношений партнёров;
  - определение конкретных задач, логики поступков действующих лиц, логики их мышления и поведения в данном этюде;
  - раскрытие подтекста; освоение внутреннего монолога; определение действия в зонах молчания.

### **3. Раздел: «Сценическая речь».**

**Теория:** Знакомство с нормами орфоэпии: к слову, звучащему со сцены, предъявляются более жесткие требования, чем к бытовой речи, поэтому обучающимся необходимо уделять огромное внимание культуре своей речи. Обучающиеся знакомятся с нормами произношения в русском языке (ударение, сочетание различных звуков, закон редукции произношения безударных гласных, произношение согласных, произношение заимствованных слов и т.д.). Знакомство с понятием «орфоэпия».

**Практика:** дыхательный, артикуляционный, дикционный тренинг;

работа над скороговорками с движениями и нагрузками;

работа над текстом роли, прозаическим и поэтическим материалом.

**Артикуляционная гимнастика.** Работа над скороговорками на данном этапе строится на ускорении темпа произнесения текста скороговорки. Постепенно добавляются минимальные физические нагрузки: наклоны, приседания, повороты, прыжки и т.д. Обучающимся необходимо научиться удерживать одинаковый уровень звука как без нагрузок, так и с ними.

### **4. Раздел: «Постановочная работа»**

**Теория:** Изучение этапов работы над спектаклем:

- определение темы;
- определение проблемы и её аспектов, заложенных в драматургическом произведении;
- нахождение основного конфликта произведения;
- разбор композиции драматургического произведения – экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация, развязка;
- определение событийного ряда – исходное событие, центральное событие (кульминация), главное событие (финал) драматургического произведения;
- определение сквозного действия;

- расстановка противоборствующих сил по отношению к основному конфликту;
- разбор характеров и определение сквозного действия каждого действующего лица;
- определение задач всех действующих лиц;
- определение атмосферы, в которой действуют персонажи;

**Практика:** Постановка чтецких номеров:

- разводка по мизансценам эпизодов спектакля;
- выстраивание сценического действия в эпизодах спектакля;
- чистка эпизодов спектакля;
- черновые прогоны всего спектакля;
- технические прогоны со световой партитурой;
- генеральная репетиция;
- сдача спектакля.

## **5. Раздел: «Сценическое движение»**

**Теория:** Изучения понятия «Сценическое движение»

Сценическое движение – важнейшая составляющая внешней техники актёра, полное понимание которой невозможно без ее рассмотрения в комплексе со сценическим действием. Движения – основа активного и интересного для зрителя существования на сцене. Целью развития этого навыка является выработка реакции, координации движений, способности передать внутренний мир и переживания героя через язык тела. Сегодня сценическое движение изучают не только на актёрских факультетах, но и хореографических, а также как методику развития детей (техника простых двигательных навыков: осанка, поза, жестикуляция).

В наше время человек меньше вынужден трудиться физически, что делает его тело менее приспособленным к значительным нагрузкам. Но хороший актёр должен владеть каждой группой мышц, поддерживать мышечный тонус, понимать как «работает» тело. Это позволит не только лучше справляться с возможными трудностями физического воплощения роли, но и бороться с повседневным автоматизмом движений, который неуместен на сцене.

«Чувство движения – это слияние ряда психофизических качеств актёра, которые проявляются в видимой форме и могут и должны быть проконтролированы через амплитуду, скорость, силу и чёткость линий движения. Чувство движения – это навык, который формируется в процессе «переживания» движения, то есть сознательного освоения его структуры, и совершенствуется через сознательное отношение к процессу построения движения».

Движение на сцене делают выразительными такие составляющие:

Развитие движения как единого процесса;

Отсутствие автоматизма;

Умение построить колоритную и пластическую, но точную фразу жеста; Умение понять и передать своё эмоциональное состояние через язык тела; Пластический диалог с партнёрами.

Обучение технике движения строится на выполнении учащимися сначала простейших заданий моторного типа, позже – простых физических упражнений, и полноценных сценических этюдов в конце. Практические навыки сценического

движения приобретаются не только в результате выполнения специальных заданий, но и во время занятий фехтованием и танцами, практикуемых многими театральными студиями.

### **Практика:**

На втором году обучения основной упор делается на:

- повышение выносливости (упражнения анаэробного, аэробного и смешанного характера);
- скоростную подготовку (упражнения на простую и сложную двигательную реакцию, имитационная реакция, упражнения на развитие быстроты движений, упражнения для развития медлительности, упражнения на изменение скорости движения, подвижные игры соревновательного характера, упражнения на темпопритмическую организацию движений);
- равновесие (упражнения с преимущественным воздействием на полукружные каналы: обороты тела вокруг вертикальной оси на 360 градусов, прыжки с оборотами, перекаты ходьба и бег с ускорениями и внезапными остановками, прыжки на месте с продвижениями в различных направлениях, упражнения на повышение устойчивости тела, парные упражнения на равновесие системы тел);
- простейшие элементы акробатики (шпагаты, мосты, стойки, перекаты, кувырки, колёса). упражнения, базирующиеся на взрывной силе и чувстве равновесия, упражнения, базирующиеся на равновесии и скорости ориентировочных реакций, упражнения базирующиеся на чувстве динамического равновесия и координации движений, акробатические упражнения с дополнительными заданиями, упражнения базирующиеся на способности быстро переходить от напряжения работающих мышц к их расслаблению, моторные упражнения, упражнения с мелкими предметами действенного типа, этюды для рук);
- идеомоторное продумывание разучиваемых движений с открытыми или закрытыми глазами, упражнения с закрытыми глазами в замедленном темпе с концентрацией внимания на работающих мышцах, упражнения с закрытыми глазами на ощущение плоскостей движения, «мёртвая точка», упражнения на выработку активного осязания, повторение собственной позы, зафиксированной по хлопку педагога, воспроизведение по памяти предложенной партнёром позы, групповые упражнения на синхронность движений, упражнения на память физических действий, этюды на чувство движения и чувство формы).

Парные, коллективные этюды

### **Раздел 6 : «Постановочная работа».**

Итогом творческой работы группы второго года обучения является постановка полноценного спектакля с участием всей группы.

### **Групповые мероприятия.**

В плане этих мероприятий: дни именинников, празднование Нового года, празднование Международного Дня Театра, 8 Марта, 23 Февраля, игровая программа «Да здравствуют каникулы!» и т.д.

Наряду с этим следует огромное внимание уделять и общему культурному и гражданскому развитию обучающихся, именно поэтому необходимо с самого начала учебного года запланировать просмотр спектаклей самой различной направленности и тематики, а также посещение выставок и других мероприятий, посвящённых праздничным датам, проходящих в районе.

### **3. Планируемые результаты**

#### **3.1 Планируемые результаты**

В результате изучения программы обучающиеся:

- приобретают навыки работы в коллективе и умение взаимодействовать с партнером;
- приобретают первичные навыки актерского искусства, начальное понимание особенностей театрального искусства и их социальной роли, т.е. значение в жизни человека и общества;
- учатся анализировать поставленные актерские задачи, приобретают знания в области театральных деятелей, учатся активно использовать театральные термины и понятия;
- приобретают навыки общения через выражение сценического действия, выражение эмоционального состояния, своего отношения к творческой театральной деятельности, а также при восприятии театральных постановок и творчества своих сверстников;
- приобретают знания о роли актера в различных сферах жизнедеятельности человека;
- приобретают навыки бессловесного действия;
- приобретают первичные навыки в области режиссуры и работы над спектаклем, инсценировкой, зрителем песни, зрителем стихов, этюдов.

#### **3.1. Способы и формы проверки результатов**

В течение учебного года воспитанники принимают участие в конкурсах и фестивалях чтецов, инсценировок и др. В конце каждого года проводится итоговое занятие или выступление на мероприятиях.

Текущий контроль ЗУН обеспечивается методикой, демонстрирующей уровень развития следующих параметров:

- актерские навыки;
- чувство ритма;
- импровизация;
- сценическая речь;
- сценическое общение.

Контроль осуществляется 2 раза в год – на начало и конец года, и итоговый – на конец обучения по программе

### **4. Примерное содержание разделов программы**

#### **Раздел 1. Вводное**

##### **занятие. Тема 1.1. Что**

такое театр?

**Теория.** Театр. История возникновения в Европе, В России, В Удмуртии.

Великие отечественные и зарубежные режиссеры и актеры. Костюм.

Реквизит. Декорации. Устройство сцены. Общие театральные термины.

**Форма контроля:** беседа, опрос.

## **Раздел 2. Развитие актерских способностей.**

### **Тема 2.1. Организация сценического пространства.**

**Теория.** Знакомство с особенностями творческой индивидуальности каждого учащегося. Знакомство обучающегося с главными условиями актерского творчества: необходимость работы над собой, ощущение себя в коллективе, творческая взаимосвязь себя и коллектива.

**Практика.** Первый вступительный раздел актерского тренинга – упражнения на организацию сценического пространства. Бесшумное передвижение по сцене.

Упражнение 1. «Шахматы»

Упражнение 2. «Привидение»

Упражнение 3. «Плетень»

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

### **Тема 2.2. Сценическое внимание.**

**Теория.** Сосредоточенность, внимание к объекту. Пять видов чувств.

Произвольное и непроизвольное внимание. Внешнее, внутреннее, внешневнутреннее внимание. Линия внимания. Три круга внимания.

### **Практика.**

Упражнение 1. «Слушая тишину»

Упражнение 2. «Улей»

Упражнение 3. «Цепочка»

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

### **Тема 2.3. Воображение и фантазия.**

**Теория.** Воображение и фантазия – отличительные особенности. Виды воображения (пассивное, активное). Наивность.

### **Практика.**

Упражнение 1. «Волшебный лес»

Упражнение 2. «Профессии»

Упражнение 3. «Утро»

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

### **Тема 2.4. Мышечная свобода.**

**Теория.** Мышечная свобода – внешняя, внутренняя. Виды мышечных зажимов. Интеллектуальный зажим. Четыре этапа освобождения от мышечных зажимов. Пластика.

### **Практика.**

Упражнение 1. «Роботы»

Упражнение 2. «Кисель – камень» Упражнение 3.

**«Электричество» Форма  
контроля:** тренинг, беседа.

## **Тема 2.5. Отношение и оценка факта.**

**Теория.** Отношение: к человеку, к событию, к явлению. Установка отношений. Событие. Этапы оценки факта.

### **Практика.**

Упражнение 1. «Кто я? Где я?»

Упражнение 2. «Что произошло?»

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

## **Тема 2.5. Темпо-ритм.**

**Теория.** Темп. Ритм. Внешний, внутренний темпо – ритм. 10 номеров темпо – ритма.

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

### **Практика.**

Упражнение 1. «Колесики,

винтики» Упражнение 2.

«Скоростной круг»

## **Раздел 3. Основы сценической речи.**

### **Тема 3.1. Подготовка речевого аппарата.**

**Практика.** Тренинг осанки, мышц. Разминка речевого аппарата.

#### **Артикуляционные упражнения:**

Вибрационный массаж лица.

Успокаивающий массаж лица.

Растирание скуловых соединений.

Открытие рта на два пальца вниз.

Движения нижней челюстью (вперед, назад, влево, вправо и т.д.)

«Зaborчик»

Работа с языком (вперед, назад, круговые движения в полости рта, проколы щек и т.д.)

**Форма контроля:** тренинг.

### **Тема 3.2. Дыхание и звук.**

**Теория.** Распределение дыхания. Дыхательная гимнастика. Громкость звука.

Настройка громкости звука. Речевая выразительность.

**Практика.** Дыхательная гимнастика начинается с простого дыхания. Затем прерывистое, протяжное дыхание.

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

### **Тема 3.3. Орфоэпия и дикция.**

**Теория.** Представление о дикционной культуре. Нормы произношения в русском языке.

**Практика.** Упражнения для развития речевого аппарата, освобождения от мышечных зажимов, артикуляционная гимнастика, сочетания гласных и согласных. Комплекс «Активные согласные».

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

### **Тема 3.4. Орфоэпическая работа с текстом.**

**Теория.** Разбор слов на транскрипции, ударность. Ударение. Фонетически правильное произношение слов.

**Практика.** Письменный разбор текста. Чтение текста перед коллективом.

**Форма контроля:** тренинг,

**беседа.** Тема 3.5. Работа над

текстом.

**Теория.** Авторские особенности текста, авторская индивидуальность.

**Практика.** Подбор репертуара индивидуально. Логический разбор. Условное деление на эпизоды.

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

**Раздел 4. Работа над спектаклем (основы**

**режиссуры).** Тема 4.1. Подбор репертуара и чтение.

**Теория.** Определение темы репертуара.

**Практика.** Чтение произведений драматургов для детей. Чтение по ролям.

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

**Тема 4.2. Распределение ролей.**

**Теория.** Анализ роли.

**Практика.** Чтение выбранного репертуара по ролям. Обсуждение образов.

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

**Тема 4.3. Индивидуальная работа с обучающимися над ролью.**

**Теория.** Анализ характера роли (героя). Анализ воображаемой истории жизни героя.

**Практика.** Работа над ролью.

**Форма контроля:** тренинг,

**беседа.** Тема 4.4. Сводные

репетиции.

**Практика.** Соединение всех эпизодов выбранного репертуара в единую концепцию.

**Форма контроля:** тренинг.

**Тема 4.5. Генеральная репетиция выбранного**

**репертуара.** **Форма контроля:** тренинг.

**Тема 4.6. Показ выбранного репертуара с его последующим**

**обсуждением.** **Теория.** Анализ спектакля.

**Форма контроля:** показ, беседа.

**Раздел 5. Сценическое движение.**

**Тема 5.1. Тренировка наблюдательности.**

**Теория.** Понятие «наблюдательность». Значение в актерском мастерстве.

Виды наблюдательности.

**Практика.**

Упражнение 1. «Муха»

Упражнение 2. «За окном»

Упражнение 3. «Кадр»

Необходимо дать задание детям заключающееся в наблюдении за людьми.

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

**Тема 5.2. Простые упражнения на развитие координации движений. Теория.** Координация движения и ее значение.

**Практика.**

Упражнение 1. «Канатоходец»

Упражнение 2. «Слон»

Упражнение 3. «Веревочка»

Упражнение 4. «Юла»

Упражнение 5. «По кругу»

Упражнение 6. «Серпантин»

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

**Тема 5.3. Виды сценической походки.**

**Теория.** Постановка ног, рук, корпуса.

**Практика.** Походка Чарли Чаплина, «медведь», «лунная походка», «тяжелая походка», походка «характера».

**Форма контроля:** тренинг, беседа.

**Тема 5.4. Пантомима.**

**Теория.** Беспредметное действие. Характер.

**Практика.** Пантомимические этюды.

**Форма контроля:** показ, тренинг, беседа.

**Раздел 6. Промежуточная и итоговая аттестация.**

**Форма контроля:** театрализованный показ.

## **5. Организационно-педагогические условия формы аттестации**

*(формы аттестации, оценочные и методические материалы, иные компоненты)*

### **5.1. Методическое обеспечение программы:**

Возможные формы занятий: традиционное занятие, комбинированное занятие, практическое занятие, тренинг, игра (деловая, ролевая), праздник, мастерская, конкурс, фестиваль, творческая встреча, репетиция и т.д.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

- фронтальный - одновременная работа со всеми детьми;
- коллективный - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми;
- индивидуально-фронтальный - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой - организация работы по малым группам (от 2 до 7 человек);
- коллективно-групповой - выполнение заданий малыми группами, последующая презентация результатов выполнения заданий и их обобщение;

- в парах - организация работы по парам;
  - индивидуальный - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.
- Формы подведения итогов: концерт, конкурс, коллективный анализ выступлений. Дидактический материал: альбомы репродукций картин, памятки, научная и специальная литература, видеозаписи, аудиозаписи, мультимедийные материалы, компьютерные программные средства и др.

### **5.2. Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение реализации образовательной программы:** декорации, реквизит, костюмы, компьютер, телевизор, видеомагнитофон, магнитофон, мультимедийный проектор. специальная литература, сценическая площадка, костюмерная.

Для занятий студии необходимы стулья, а не скамейки.

**Для реализации программы необходима следующая материально-техническая и дидактико-методическая база:**

| Материально-техническое обеспечение   | Дидактико-методическое обеспечение   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• наличие учебных и служебных помещений ( зала для проведения</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• книги и иллюстрации для детей по истории театра</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>репетиционных занятий, сцены, гардероба, санитарных комнат);</li> <li>• магнитофон</li> <li>• кубы</li> <li>• столы</li> <li>• стулья</li> <li>• ковровое покрытие</li> <li>• пандусы разноуровневые</li> <li>• декорации</li> <li>• костюмы</li> <li>• музыкальный центр</li> <li>• видеокамера</li> <li>• фотоаппарат</li> <li>• маты, матрацы;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• сборники пьес и другого постановочного материала</li> <li>• игрушки мягкие, мячи, скакалки для тренингов</li> <li>• записи классической музыки</li> </ul> |

### **5.3. Список литературы**

1. Андрачников С.Г. Теория и практика сценической школы. - М., 2006.
2. Аникеева Н.П. Воспитание игрой. Книга для учителя. – М.: Просвещение, 2004.
3. Бондарева В. Записки помрежа. - М.: Искусство, 1985.
4. Брянцев А.А. Воспоминания/ Статьи. - М., 1979.
5. Горчаков Н.М. Режиссерские уроки Станиславского. - М., 2001.
6. Гиппиус З.В. Гимнастика чувств. Тренинг творческой психотехники. - Л.-М.: Искусство, 2002.

7. Захава Б. Е. Мастерство актера и режиссера. - М.: Просвещение, 1978.
8. Когтев Г. В. Грим и сценический образ. - М.: Советская Россия, 2006.
9. Корогодский З.Я. Начало, СПб, 2005.
10. Косарецкий С. Г. П.П.М.С. – центры России: современные положения и тенденции.  
// Школа здоровья. – 2007.- № 3.- с. 52-57.
11. Курбатов М. Несколько слов о психотехнике актера. М., 2004.
12. Логинова В. Заметки художника-гримера. - М.: Искусство, 1994.
13. Новицкая Л.П. Тренинг и муштра. - М., 2002.
14. Паламишев А. М. Мастерство режиссера. Действенный анализ пьесы. - М.: Просвещение, 2006.
15. Станиславский К. С. Собрание сочинений (I – II том). - М.: Искусство, 1988. 16.Станиславский К.С. Работа актера над собой. М., 1989, с. 151.
17. Смирнов Н. В. Философия и образование. Проблемы философской культуры педагога.- М.: Социум, 2000.
18. Суркова М. Ю. Игровой артикуляционно-дикционный тренинг. Методическая разработка.- С.: СГАКИ, 2009.
19. Товстоногов Г.А. Зеркало сцены. - Т.1-2.-Л., 1980.
20. Щуркова Н. Е. Воспитание:Новый взгляд с позиции культуры. - М.: Педагогический поиск, 2005.
21. Чистякова М.И. Психогимнастика.-М: Просвещение, 2004.
22. Эфрос А.В. Профессия: режиссер. - М., 2000.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ Г. ПЕЧОРА", Зарянко Андрей  
Николаевич, Директор

21.11.25 11:55  
(MSK)

Сертификат 00EE9DB90882262B359670A0DC05954D5E