

# ТЕМЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

## 1 курс, I семестр

### **Тема 1. Введение. Цель и задачи дисциплины. Технологии и техники проведения различных видов актерских тренингов.**

1. Предмет, структура и общее задание курса.
2. Место курса в системе воспитания актера драматического театра и кино.
3. Профессиональные качества актера.
4. Технологии и техники проведения различных видов актерских тренингов.

*Ключевые слова:* актер, режиссер, актерский тренинг, качества актера.

*Выполнить:*

1. Законспектировать: понятие «актерский тренинг». Профессиональные качества актера. Технологии и техники проведения различных видов актерских тренингов. Влияние тренинга на развитие особых творческих способностей, приобретение профессиональных умений и навыков.
2. Описать предмет, структуру и общее задание курса.
3. Раскрыть взаимосвязь курса «Актерский тренинг» с профилирующим курсом «Мастерство актера».

*Литература:* [3], [7], [10]

### **Тема 2. Упражнения для развития мускульной свободы.**

1. Раскрыть понятие «мускульная свобода».
  2. Овладения законом пластики. Свобода внутренняя и внешняя. Освобождение мышц.
  3. Релаксация как освобождение той или иной группы мышц от лишнего напряжения и нагрузки.
  4. Мышечный тонус как показатель внутреннего психического самочувствия человека.
- Принцип компенсации.
5. Воспитание сценической свободы.

*Ключевые слова:* мускульная свобода, актерский тренинг, мышечный зажим, релаксация, принцип компенсации.

*Выполнить:*

1. Упражнения актерского тренинга на мышечную свободу.
2. Выполнить комплекс практических упражнений, что бы преодолеть мышечные зажимы лица, рук, ног, шеи, голоса.
3. Тренинги на релаксацию.
4. Упражнения на освобождение физических и психических зажимов.
5. Тренинги на воспитание сценической свободы.

*Литература:* [4], [7], [10]

### **Тема 3. Упражнения для развития актерского внимания.**

1. Раскрыть понятия «внимание», «воображение».
2. Основные круги внимания.
3. Внимание как сосредоточенность человека в данный момент на определенном объекте (предмете, события, образе, мысли).
4. Внимание как психологический процесс.
5. Воображение как важный элемент актерской психотехники.

*Ключевые слова:* внимание, предмет и объект внимания, круги внимания, воображение.

*Выполнить:*

1. Упражнения на функции внутреннего контроля.
2. Упражнения на смену кругов внимания.
3. Упражнения на наблюдательность.
4. Упражнения на объекты внимания и круги внимания.
5. Этюды на внимание.

*Литература:* [2], [4], [5], [9], [12]

#### **Тема 4. Упражнения на развитие киноленты видения.**

1. Непрерывная «кинолента видения» - неотъемлемая часть словесного действия.
2. «Видение» как средство воздействия на чувства.
3. Содержание внимания посредством передачи ему ярких видений.
4. Непрерывная внутренняя жизнь.
5. Зрительные образы в памяти и воображении.
6. Видение внутреннего зрения - непрерывная линия иллюстрированных предлагаемых обстоятельств.
7. Внутренний взгляд и внутренний слух.

*Ключевые слова:* кинолента видения, внутренний взгляд и слух, внутренняя жизнь образа, память, воображение.

*Выполнить:*

1. Упражнения на «киноленту видения» и видение внутреннего зрения.
2. Упражнения на непрерывную внутреннюю жизнь.
3. Упражнения на развитие внутреннего взгляда и внутреннего слуха.
4. Работа над непрерывной «кинолентой видения».
5. Тренинги на наблюдательность.

*Литература:* [1], [2], [5], [7], [9]

#### **Тема 5. Упражнения для развития актерского воображения и фантазии.**

1. Воображение как важный элемент актерской психотехники.
2. Воображение и его виды.
3. Фантазия как мысленное представление переносящее нас в исключительные обстоятельства и условия, которых мы не знали, не переживали и не видели, которых у нас не было и нет в действительности.

*Ключевые слова:* воображение, фантазия, актерская наблюдательность.

*Выполнить:*

1. Комплекс упражнений на развитие творческого воображения.
2. Упражнения на развитие фантазии.
3. Тренинги на развитие актерской наблюдательности.

*Литература:* [2], [3], [5], [9], [10]

#### **Тема 6. Упражнения для развития веры и правды, как важнейших профессиональных способностей актера.**

1. Раскрыть понятия сценической «веры» и «правды».
2. Восприятие вымысла как истинного, и истинное отношение к нему.
3. Абсолютная внутренняя убежденность в необходимости всего, что происходит на сцене.
4. Внутреннее проигрывание сценических задач с помощью творческой фантазии.
5. Воспитание сценической веры. Приобретение навыков сценического оправдания.

6. Работа над сценическим оправданием и убежденностью.

*Ключевые слова:* сценическая вера и правда, творческая фантазия, восприятие, сценическое оправдание.

*Выполнить:*

1. Упражнения на воспитание сценической веры.
2. Упражнения на объяснения и мотив рассмотрения, получения, отношение к предмету.
3. Упражнения на отношение к музыкальным произведениям: с любовью, неуважением, сарказмом.
4. Упражнения на сценическое изображение животных и фантастических существ.
5. Упражнения на сценическую веру в невероятный случай.
6. Упражнения на оправдание незначительной случайности.
7. Упражнения на выражение различных чувств.
8. Упражнения на выдерживание паузы, точки зрения в зал.
9. Упражнения с воображаемыми предметами для нахождения истины и веры в области чувства.
10. Этюды на веру и правду.

*Литература:* [1], [2], [4], [9], [11]

**Тема 7. Упражнения для развития элемента сценического действия – темпоритм.**

1. Раскрыть понятия «темп» и «ритм». В чем их отличия.
2. Темп и ритм как фактор передачи эмоциональных процессов действий человека.
3. Внутренний и внешний темпоритм.

*Ключевые слова:* темп, ритм, внутренний и внешний темпоритм.

*Выполнить:*

1. Упражнения на темп и ритм.
2. Упражнения на резкую смену темпоритма.
3. Упражнения на темп и ритм в сценическом этюде.
4. Упражнения на внутренний и внешний темпоритм.

*Литература:* [2], [4], [5], [11]

**Тема 8. Упражнения для развития двигателей психофизической жизни – разум, чувство, воля.**

1. Раскрыть понятие «двигатели психофизической жизни».
2. Анализ значение каждого элемента.
3. Работа над управлением и контролем своих чувств и воли.

*Ключевые слова:* двигатели психофизической жизни – разум, чувства, воля.

*Выполнить:*

1. Упражнения и тренинги на двигатели психофизической жизни – ум, чувство, воля.
2. Тренинги на логическое действие.
3. Упражнения на постоянное физическое действие в условиях сценической площадки.
4. Тренинги на беспредметное действие.

*Литература:* [1], [2], [4], [9], [11]

**1 курс, II семестр**

**Тема 1. Упражнения для развития элемента сценического действия – отношение.**

1. Раскрыть понятие «отношение».

2. Отношение как средство общения с объектом на сцене.
3. Работа над отношением в одиночных и парных этюдах.

*Ключевые слова:* отношение, общение, партнер, этюд.

*Выполнить:*

1. Упражнения и этюды на отношение.
2. Упражнения на смену отношения к партнеру и предмету.
3. Тренинги на беспредметное действие знакомые по жизненному опыту.
4. Упражнения на отношения и оценку факта.
5. Работа над отношением в групповых и парных упражнениях.

*Литература:* [1], [2], [4], [8], [9], [11]

## **Тема 2. Упражнения для развития актерского общения (взаимодействия).**

1. Раскрыть понятие «общение».
2. Особенности органического общения.
3. Владение элементами действия как путь к овладению сценическим общением.
4. Тренинги на внимание к партнеру как к объекту.

*Ключевые слова:* общение, составные части общения, элементы действия, органическое общение.

*Выполнить:*

1. Упражнения и этюды на общение.
2. Упражнения и этюды на приспособления - внешние и внутренние.
3. Упражнения на поиск внутреннего монолога.
4. Упражнения на приспособление и взаимодействие с партнером («вижу, оцениваю, принимаю решение, действую»).
5. Упражнения на развитие чувства партнерства.

*Литература:* [2], [4], [5], [8], [9], [10]

## **Тема 3. Упражнения для развития сценического действия.**

1. Раскрыть понятие «действие».
2. Действие - основа сценической жизни актера. Действие как главное и необходимое условие пребывания актера на сцене.
3. Виды сценического действия. Органическое действие и его черты.
4. Понятие о сценической задаче.

*Ключевые слова:* сценическое действие, виды сценического действия, логика и последовательность сценического действия, сценическая задача.

*Выполнить:*

1. Комплекс упражнений, на сценическое действие, используя взаимосвязь всех элементов.
2. Упражнения на овладение принципом психологического механизма, лежащего в основе последовательного систематического выполнения актерского тренинга.
3. Упражнения на фиксацию логики и последовательность сценического действия.
4. Этюды на выполнение органического действия.
5. Упражнения на беспредметное действие.

*Литература:* [2], [4], [5], [6], [10]

#### **Тема 4. Упражнения для развития природы, логики и последовательности сценического действия.**

1. Действие и действительность.
2. Логика и последовательность сценического действия.

*Ключевые слова:* виды сценического действия, природа, логика и последовательность сценического действия, фиксация действия.

*Выполнить:*

1. Упражнения на действие в условиях сценического вымысла.
2. Упражнения на фиксацию логики и последовательность сценического действия.
3. Упражнения и этюды на противодействие, контрдействие.
4. Этюды на природу, логику и последовательность сценического действия.

*Литература:* [1], [4], [7], [10], [11]

#### **Тема 5. Упражнения для работы с предлагаемыми обстоятельствами и магическим «если бы».**

1. Раскрыть понятия «предлагаемые обстоятельства» и магическое «если бы».
2. Роль предлагаемых обстоятельств в работе актера.
3. Овладение принципом психологического механизма, лежащего в основе последовательного систематического выполнения актерского тренинга.

*Ключевые слова:* предлагаемые обстоятельства, магическое «если бы», принцип психологического механизма, событийный ряд.

*Выполнить:*

1. Актерский тренинг на смену предлагаемых обстоятельств.
2. Выполнить комплекс упражнений на предлагаемые обстоятельства и событийный ряд.
3. Упражнения на эмоциональную память.
4. Упражнения на наблюдательность.

*Литература:* [2], [5], [8], [9]

#### **Тема 6. Упражнения для развития актерского видения внутреннего зрения.**

1. Создание непрерывной внутренней жизни.
2. Поиск зрительных образов в памяти и воображении.
3. Внутренний взгляд и внутренний слух.

*Ключевые слова:* видение внутреннего зрения, непрерывная внутренняя жизнь, зрительные образы.

*Выполнить:*

1. Упражнения на видение внутреннего зрения.
2. Упражнения на внутреннее зрение и внутренний слух.
3. Упражнения на развитие внутреннего монолога.

*Литература:* [2], [3], [5], [8], [9]

#### **Тема 7. Упражнения на развитие чувства партнерства.**

1. Внимание к партнеру как к объекту.
2. Общение как важнейший закон актерского творчества, основа воспроизведения на сцене жизненных отношений людей.

*Ключевые слова:* партнер, внимание, отношение, общение, взаимодействие.

*Выполнить:*

1. Упражнения на соблюдение чувства партнерства.
2. Упражнения на отношение и доверие к партнеру.
3. Работа над отношением к партнеру в групповых и парных тренингах.
4. Упражнения на приспособления и взаимодействие с партнером («вижу, оцениваю, принимаю решение, действую»).

*Литература:* [2], [4], [5], [8], [9], [10]

#### **Тема 8. Упражнения на развитие слова.**

1. Слово – как основной вид действия на сцене.
2. Раскрытие подтекста с помощью пауз, внутренних монологов, ритмической организации представления.

*Ключевые слова:* подтекст, пауза, внутренний монолог, действие словом.

*Выполнить:*

1. Упражнения на действие словом.
2. Упражнения на рождение подтекста.
3. Упражнения и этюды на общение.
4. Упражнения и этюды на приспособления - внешние и внутренние.

*Литература:* [1], [4], [7], [10], [11]

#### **Тема 9. Упражнения в действии в необычных предлагаемых обстоятельствах.**

1. Овладение принципом психологического механизма, лежащего в основе последовательного систематического выполнения актерского тренинга.
2. Роль предлагаемых обстоятельств в работе актера.

*Ключевые слова:* предлагаемые обстоятельства, событийный ряд, принцип психологического механизма.

*Выполнить:*

1. Актерский тренинг на смену предлагаемых обстоятельств.
2. Выполнить комплекс упражнений на необычные предлагаемые обстоятельства и событийный ряд.
3. Упражнения на эмоциональную память.
4. Упражнения на наблюдательность.

*Литература:* [2], [5], [6], [8], [9]