



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА  
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

**«Проектирование и реализация авторской образовательной  
программы воспитания пластической культуры детей театрального  
отделения школы искусств»**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.01 Педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры  
«Артпедагогика в социокультурной среде»**

**Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

87,3% авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«24» 01 2026 г.

зав. кафедрой хореографии  
Чурашов А.Г.

Выполнил (а):

Студент (ка) группы 3Ф-307-287-2-1  
Хрипунова Инга Булатовна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры хореографии

Юнусова Елена Борисовна

Челябинск  
2026

## Оглавление

|                                                                                                                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ .....                                                                                                                                                         | 3  |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ВОСПИТАНИЮ<br>ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ДЕТЕЙ ТЕАТРАЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ<br>ШКОЛЫ ИСКУССТВ..... | 9  |
| 1.1 Понятие и сущность пластической культуры в контексте<br>театрального образования .....                                                                             | 9  |
| 1.2 Специфика образовательных программ по воспитанию пластической<br>культуры у детей театрального отделения школы искусств.....                                       | 21 |
| 1.3 Критерии и показатели сформированности пластической культуры у<br>обучающихся театрального отделения .....                                                         | 29 |
| ГЛАВА 2. МЕТОДИКА РАЗРАБОТКИ И ВНЕДРЕНИЯ АВТОРСКОЙ<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ ПЛАСТИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ .....                                  | 34 |
| 2.1 Особенности структуры и содержания программы по развитию<br>пластической культуры обучающихся на примере Детской школы<br>искусств № 3 города Нижневартовска.....  | 34 |
| 2.2 Технология интеграции программы в учебный процесс школы<br>искусств.....                                                                                           | 51 |
| 2.3 Анализ результатов исследования .....                                                                                                                              | 60 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....                                                                                                                                                       | 70 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....                                                                                                                                 | 77 |

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена рядом факторов, связанных с современными тенденциями в образовании, театральном искусстве и развитии личности ребёнка.

Театр традиционно рассматривается как мощный инструмент развития творческих способностей, эмоционального интеллекта и нравственных качеств. Занятия театральным искусством способствуют расширению жизненного опыта детей, развитию воображения, эмпатии и коммуникативных навыков. В условиях цифровизации образования и снижения живого общения театральная педагогика помогает преодолеть дефицит межличностного взаимодействия, развить навыки публичного выступления и командной работы [63].

Пластика является ключевым элементом выразительности актёра. Она включает гармонию движений, жестов, мимики и умение передавать внутренний мир персонажа через тело. К.С. Станиславский подчёркивал, что «чем утончённее переживание, тем совершеннее должен быть инструмент, его передающий... тем выразительней должна быть его мимика, пластичнее движения». Однако в современных театральных школах и учебных программах часто недостаточно внимания уделяется систематическому развитию пластической культуры, что снижает качество исполнительского мастерства [51].

В системе дополнительного образования, включая школы искусств, существует потребность в инновационных программах, которые бы комплексно решали задачи художественно-эстетического воспитания, развития психофизических качеств и социализации детей. Традиционные подходы нередко ограничиваются вербально-репродуктивным обучением, тогда как театральная педагогика предлагает деятельностный, личностно-ориентированный подход [65].

Несмотря на значимость пластической культуры, существует недостаток авторских программ, специально ориентированных на её развитие в детских театральных коллективах. Существующие методики часто фрагментарны или адаптированы для профессиональных театральных вузов, а не для школьников. Разработка программы для театрального отделения школы искусств может заполнить этот пробел, предложив системный подход к воспитанию пластической выразительности с учётом возрастных особенностей.

Федеральный государственный образовательный стандарт акцентирует внимание на формировании универсальных учебных действий, личностных качеств и творческого потенциала учащихся. Театральная педагогика, включая развитие пластической культуры, соответствует этим требованиям, способствуя комплексному развитию личности.

В условиях трансформации ценностей и цифровизации важно сохранять и передавать культурное наследие, включая театральное искусство. Программы, направленные на воспитание пластической культуры, способствуют формированию эстетического вкуса, понимания искусства и способности к художественному самовыражению [53].

Актуальность темы исследования обусловлена следующими противоречиями:

- между потребностью общества в творчески развитой личности с высоким уровнем телесной культуры и недостаточным вниманием к системному формированию пластической выразительности в образовательном процессе;
- между богатым потенциалом театрального искусства в развитии пластической культуры и ограниченностью методических ресурсов для его реализации в учреждениях дополнительного образования;
- между необходимостью индивидуализации образовательного процесса и стандартизованностью существующих программ по пластическому воспитанию.

Особую значимость данная проблема приобретает в контексте работы с детьми театрального отделения школы искусств, где пластическая культура выступает не только как средство художественного самовыражения, но и как неотъемлемый компонент профессиональной подготовки будущего артиста.

Таким образом, актуальность исследования заключается в том, что современное социокультурное пространство предъявляет повышенные требования к всестороннему развитию личности ребёнка, где особое место занимает формирование эстетической культуры и телесной выразительности. В условиях возрастающей экранной нагрузки и снижения двигательной активности проблема воспитания пластической культуры у детей приобретает особую актуальность, поскольку именно пластическая выразительность становится фундаментальной основой для раскрытия творческого потенциала, гармонизации психофизического развития и формирования целостного художественного мировоззрения.

Цель исследования: разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность авторской образовательной программы воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств.

Объектом исследования является процесс воспитания пластической культуры детей в образовательном пространстве театрального отделения школы искусств.

Предметом исследования являются методы и технологии проектирования и реализации авторской образовательной программы воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что процесс воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств будет эффективным, если: программа строится на интеграции элементов хореографии, сценического движения и актёрского мастерства;

содержание обучения учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся; используются интерактивные методы и технологии, стимулирующие творческую активность; предусмотрен поэтапный мониторинг сформированности пластических навыков.

Задачи исследования:

- проанализировать теоретические основы пластического воспитания в контексте театрального образования;
- определить критерии и уровни сформированности пластической культуры у детей школьного возраста;
- разработать структуру и содержание авторской образовательной программы по воспитанию пластической культуры;
- апробировать программу в условиях театрального отделения школы искусств и оценить её результативность;
- разработать методические рекомендации для педагогов по внедрению программы в образовательный процесс;
- проанализировать результаты исследования.

Комплекс теоретических и эмпирических методов исследования включает:

- теоретические методы: изучение и анализ психолого-педагогической, методической литературы по данному направлению; изучение передового педагогического опыта в аспекте изучаемого вопроса;
- эмпирические методы: наблюдение, экспериментальное исследование, анализ.

Теоретической и методологической основой нашей работы послужили социологические и педагогические исследования, статьи, публикации.

Изучением проблем пластического воспитания в театральном образовании занимались как отечественные, так и зарубежные учёные и педагоги, такие как: Э. Жак-Далькроз, И.Э. Кох, Р. Лабан, Л.Ф. Макарьев,

О.И. Мартынова, Г. Мацквичюс, В.Э. Мейерхольд, А.Б. Немеровский, В.А. Нижельской, П. Пави, К.С. Станиславский, М.А. Чехов и др.

Вопросы пластического воспитания рассматривались в трудах таких исследователей, как: В.М. Боголюбова (теория и методика пластического воспитания); И.Э. Ратникова (развитие пластической выразительности средствами хореографии); Л.В. Маркова (интеграция пластических дисциплин в театральное образование).

В то же время анализ существующих программ показывает дефицит комплексных авторских разработок, учитывающих специфику работы с детьми в системе дополнительного образования и объединяющих теоретические основы пластического воспитания с практическими методиками театральной педагогики.

Для нашего исследования важное значение имели работы современных теоретиков и практиков танцевального искусства, таких как: Л.Д. Блок, В.М. Богданов-Березовский, А.Я. Ваганова, И.Я. Вершина, Р.В. Захаров, Ю.Е. Соколовский, В.И. Уральская и др.

Эстетические проблемы формирования пластической культуры личности рассматривали В.В. Ванслов, А.Л. Волынский, П.М. Карп и др.; тему движений и правил их исполнения – Н.П. Базарова, В.С. Костровицкая, А.А. Писарев, Н.И. Тарасов и др.; двигательный аспект хореографических упражнений – М.М. Габович, Е.Г. Котельникова, Н. Чефарова; выявление профессиональной хореографической одаренности – П.Б. Коловарский, И.Г. Соснина.

Базой нашего исследования в течение 2023-25 гг. выступила МАУДО «Детская школа искусств № 3» г. Нижневартовска.

Теоретическая новизна исследования заключается в расширении научных представлений о содержании и структуре пластической культуры детей, а также в уточнении педагогических механизмов её формирования в системе театрального образования.

Практическая значимость работы определяется: возможностью внедрения авторской программы в образовательный процесс школ искусств; разработкой диагностического инструментария для мониторинга уровня пластической культуры; созданием методических рекомендаций для педагогов дополнительного образования.

Результаты исследования подтверждены следующими публикациями в международных научно-практических конференциях:

- статья «Хореография в театральном искусстве»;
- статья «Роль школы искусств в воспитании и развитии ребёнка».

Структура магистерской диссертации включает в себя введение, две главы, заключение, список использованных источников.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ВОСПИТАНИЮ ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ДЕТЕЙ ТЕАТРАЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ШКОЛЫ ИСКУССТВ**

## **1.1 Понятие и сущность пластической культуры в контексте театрального образования**

Визуальное существование актёра на сцене представляет собой совокупность физических действий, которые обычно делят по следующим признакам: телодвижения, телоположения, жесты и мимика.

В текстах, возникших в разное время и связанных с театром, высказываниях известных деятелей театрального и хореографического искусств XX века, трудах исследователей, историков театра и танца определены несколько главных, схожих между собой понятий, обозначающих пластическое существование актёра: «танец», «сценическое движение», «пластика», «хореография», «пантомима», «пляска», «балет» и т. д. Но эти понятия не являются синонимами. Отметим, что все они включают в себя телоположения, телодвижения, мимику и жесты, то есть обозначают движение, обретшее форму в ритме, роль которого выделяется особо.

Пластика тела человека и актера во многом зависит от его мышечной свободы. Отсутствие свободы движения, как таковой, затрудняет способность выражения своих мыслей. Культура движения актера создает возможности действенной пластики как способности выражения внутреннего мира человека, а также сценического образа актера. Именно поэтому пластическое воспитание творческой личности и актера – имеет первостепенное значение. Пластическая культура, как составная часть гармонически развитого психофизического аппарата творческой личности и актера, развивается с помощью различных упражнений и тренингов [44].

Доктор философских наук В.М. Розин в своей статье «Пластическая культура: подход к изучению и основные характеристики» пишет: «Пластическая культура – это специальная организация движений тела, продиктованная художественными особенностями конкретного сценического искусства. Можно считать, что изначально тело, являясь видимым объектом, обладает пластической выразительностью, но не имеет пластической культуры... Очевидно, что для того, чтобы обладать пластической культурой, нужно ее сформировать. Именно здесь и кроется ответ. Пластическая выразительность человека тогда приобретает культурную ценность, когда она прошла путь этого формирования. Тогда частью природы, которая становится содержанием культурной структуры, будет не сам по себе человек, а его тело» [62].

Пластическая культура – это комплекс специальных знаний о совокупности физических навыков и психологических качеств личности, морально-нравственных и эстетических категорий [33].

Понятие включает следующие аспекты:

- организация движений и ритмов человека, которые удовлетворяют условиям искусства и художественного языка;
- формирование выразительности движений – на первый план выходит взаимосвязь внешней структуры движения с внутренними (смысловыми, чувственными, эмоциональными) предпосылками;
- значение в разных видах искусства, связанных с движением человеческого тела: в хореографии, театре, вокале, цирке и др., например, пластическая культура имеет особое значение в хореографии, так как здесь движения человеческого тела – основное выразительное средство создания художественного образа [62].

Пластическая культура в контексте театрального образования – это специфическая двигательная деятельность актёра, которая протекает во времени в условиях реального сценического пространства по особым эстетическим и биомеханическим законам [51].

Сущность пластической культуры заключается в гармоничности и выразительности движений, а также в совершенном владении телом. В основе общей актёрской выразительности лежит пластичность – способность мгновенного восприятия и отражения внутреннего самочувствия во внешней технике [17].

Пластическая культура в театральном образовании включает:

- развитие умения организовывать двигательную деятельность в сценическом пространстве с учётом эстетики спектакля и биомеханики движений;
- формирование выразительного движения – способности актёра организовывать собственные пластические действия для передачи зрителю информации об определённых состояниях и ощущениях;
- воспитание умения искать пластическую выразительность не только в мюзиклах и пантомимах, но и в спектаклях реалистического жанра;
- освоение специальных теоретических знаний и практических навыков танцевально-пластического и движенческого характера, необходимых для создания художественного пластического образа [51, 70].

И. В. Калинин в своем методическом пособии «Пластическая выразительность актёра» отмечает, что «одним из важных моментов в творчестве актёра является мышечная свобода. Под мышечной свободой следует понимать умение актёра естественно выполнять самые разнообразные движения при решении им той или иной творческой задачи. На успешное решение этой проблемы в основном влияют три фактора:

- хорошее состояние физического аппарата актёра – фактор физический;
- органичное поведение в заданных предлагаемых обстоятельствах – фактор психический;
- особые индивидуальные свойства актёра (торможение, возбудимость, смелость, робость, застенчивость, раздражительность, вялость, энергичность и др.)» [29].

Проявление этих индивидуальных особенностей актёра в работе над ролью, даже при наличии благоприятствующих первых двух факторов, влияет на мышечную свободу, способствует творческому процессу или, наоборот, тормозит его. Мы знаем, что движения актёра при исполнении им роли могут быть самыми разнообразными. В основном они делятся на две группы: привычные и непривычные. К привычным относятся те, которые часто выполняются актером в жизни, так называемые бытовые движения.

Их не так уж трудно трансформировать в образ в пьесах современных, психологических, бытовых, что отнюдь не исключает работы актера над выбором выразительных средств. Задача эта нелегкая и требует тонкости и вкуса. Органичные актёры обычно с ней справляются. В тех же случаях, когда им приходится встречаться с историческими пьесами и ролями, требующими иной пластики, иных движений, скоростей, ритмов, стилевых особенностей и новых, неизвестных ранее навыков, актеры теряются, возникает неминуемое при выполнении непривычных движений мышечное торможение, и мышечная свобода, так свойственная им в ролях современного репертуара, оборачивается зажимом. Никакое органичное поведение в предлагаемых обстоятельствах им не поможет до тех пор, пока они не овладеют необходимыми для решения образа темпо-ритмами, движениями и навыками.

Мышечная свобода, играющая немаловажную роль в работе актёра, является следствием гармоничного сочетания всех трёх перечисленных факторов. Неполноценность одного из них может отрицательно повлиять на весь творческий процесс. Также во многом мышечная свобода актёра зависит от его пластического воспитания. Одним из решающих факторов этой области является одарённость актёра. Отсутствие у него от природы чувства ритма, координации, свободы движений, чувства гармонии и формы в значительной мере затрудняет, а иногда и просто сводит к минимуму всю тренировочную работу по пластическому воспитанию.

Что же следует понимать под пластическим воспитанием актёра? Прежде всего это овладение им определёнными психофизическими качествами и различными навыками. Гармоничное физическое развитие, тренировка и подвижность всех частей тела лежат в основе техники актёра. Ему необходимо владеть разнообразнейшими качествами: скоростью, гибкостью, координацией, ловкостью, ритмичностью, реакцией, быстротой ориентировки во времени и пространстве, «взрывностью», даром импровизации. Не менее важны чувство композиции, формы, эстетический вкус, проявленные при создании пластически выразительного образа.

Очень важным в овладении актёром техникой движения является умение двигаться медленно и быстро, непрерывно и прерывисто, плавно и резко, округло и угловато, умение менять направление, темп, ритм и окраску движения, мгновенно переходить от резкого к плавному и так далее. «Взрывность» – мгновенный переход от расслабленности к предельной собранности – нужна актёру не меньше, чем плавность и постепенность переходов, и может выражаться не только движениями, но и словами. Умение точно и образно пользоваться контрастными движениями, отобранными в результате творческих поисков, также определяет пластические возможности актёра. Эта контрастность является ярким выразительным средством при передаче тончайших нюансов внутренней жизни образа [29].

Педагог А. М. Михайлова пишет: «В работе актера над собой и над ролью, а также в работе творческой личности над развитием физического аппарата, основными проблемами являются излишнее мышечное напряжение, зажатость, скованность движения, недостаточная эластичность мышц, а если мышцы скованны, зажаты, то это результат психического торможения, которое приводит к мышечному зажиму. Вследствие этого говорить об органичном существовании на сцене и в обычной жизни – нет смысла. Поэтому следует уделять пристальное внимание как к физической подготовке, так и пластическим и ритмическим тренировкам. Эти

тренировки важны не только актерам, участникам любительских театральных коллективов, творческим личностям, но и всем остальным людям, которые заботятся о своем здоровье: физическом, эмоциональном и психическом. Ошибочно предполагать, что человек не занимающийся, каким бы то ни было, видом искусства, не подходит под критерий «творческий человек». Каждый из нас, занимая любую должность на любом предприятии, подходит под описание «творческий человек» если он творчески подходит к своей работе, а главное – любит ее. Ведь именно «Любовь» дает нам возможность действовать, быть творцом» [44].

Движение, жест, поза не должны культивироваться ради себя самих. Необходимо осуществлять органический процесс действия, подготовить и развить физический аппарат актера/человека. И для того, чтобы устранить все недостатки и овладеть движением не только на сцене, но и в обычной жизни, необходимо упорно работать над своим телом. Для достижения максимальных результатов, тренировки должны быть систематическими, повседневными. Все совершаемые действия должны быть целенаправленными и конкретными. Если возникают проблемы при последовательности и постепенности перехода тела из одного положения в другое, необходимо разделить движение на несколько частей и проследить за перекатом напряжения в мышцах, и в медленном темпе выполнить данное движение целиком с осознанным контролем мышечного напряжения. Далее внимание переключается с движения на действие и его оправдание. Любое действие, мимическое выражение лица, жест, поза – должны быть оправданы. Именно правдивое действие помогает человеку быть настоящим, а это располагает других людей быть правдивыми по отношению к тебе самому.

Пластичным – К.С. Станиславский называл такое движение, которое, развиваясь по непрерывной линии, наиболее целесообразно воплощает действие. «Красивая пластика должна быть результатом гармонического и

плавного переживания. Жест должен аккомпанировать чувству, а не слову; жест должен рождаться от чувства» [66].

Пластическая культура развивается в драматическом искусстве с помощью специальных вспомогательных дисциплин. В этот комплекс наряду со сценическим движением, танцем, фехтованием входят сценическая речь и вокал [17].

Выделяют три этапа формирования пластической культуры:

1. Физическая тренировка.
2. Пластические импровизации.
3. Оформление творческих поисков в чёткий сценический рисунок [51].

Важно, чтобы пластическая сторона спектакля и роли дополняла и органично сливалась со словесным действием, с замыслом драматурга [29].

Стоит разобраться, чем отличаются понятия «пластическая культура» и «пластическая выразительность».

Разница между этими понятиями заключается в том, что первое понятие охватывает более широкий контекст, а второе – более узкое. Эти понятия связаны с искусством, но имеют разные значения.

Пластическая выразительность – это комплекс специальных навыков и умений артиста, способствующих художественному воплощению образа произведения.

Особенности понятия следующие:

- двойственная природа: телесная (моторная) и чувственно-эмоциональная (психическая);
- подчинённость решению смысловых, тематических и эстетических задач – пластика не является самоцелью, а выражает содержание художественного образа произведения;
- использование в разных видах искусства – например, в театре пластика – лишь средство выразительности актёра, подчинённое роли, спектакля, сверхзадаче и сценическому действию.

Таким образом, пластическая культура охватывает более широкий контекст, а пластическая выразительность – более узкое понятие, которое является частью пластической культуры [33].

Говоря о сущности понятия «пластическая выразительность», стоит начать с самого определения пластики. Пластика – искусство ритмических движений тела, гармоничность, плавность движений и жестов [19].

Жесты, позы, взгляды, молчание определяют истину взаимоотношения людей. Слова ещё не всё говорят. Значит – нужен рисунок движений на сцене. Слова для слуха, пластика для глаз. Значение пластики в театре неопределимо. Но пластика является лишь средством выразительности актёра, подчинённым зерну роли, спектакля, сверхзадаче, и, разумеется, сценическому действию. В основе осуществления любого спектакля лежит принцип единства формы и содержания. Форма служит конкретизацией содержания, содержание вызывает к существованию форму. И как доказывает педагогическая практика, если мы хотим, чтобы форма в актёрском творчестве рождалась интуитивно, необходима предварительная верная настроенность аппарата воплощения артиста, учащегося. Актёр должен владеть техникой разнообразных сценических двигательных навыков и умений.

Идейная устремлённость, творческое воображение, гармоническое сочетание внутренней и внешней техники актёра является теми условиями, при которых драматическое действие становится убедительным и высокохудожественным.

В решении спектакля огромное значение имеет определённое режиссёром и актёром жанровое своеобразие. Условия сценической жизни актёра в психологической драме, комедии или трагедии различны. Осанка, жест, ритм движения актёров в «Грозе», например, должны быть иными, чем у актёров, играющих «Гамлета».

Необходимо отметить большое значение в творчестве актёра гармонического единства движения и речи. Драматург не описывает

движений актёров, не строит мизансцен, не определяет темпо-ритм спектакля. Режиссёр и актер являются соавторами драматурга и «дописывают» пьесу мизансценой, движением, ритмом. Очень важно, чтобы пластическая сторона спектакля и роли дополняла и органично сливалась со словесным действием, с замыслом драматурга [19].

Большое значение в работе актёра и режиссёра имеют чувства меры и художественный вкус. Никакая настоящая драка не может выглядеть эстетично. Однако изображение её на сцене должно отвечать требованиям эстетики.

Воображение, импровизация, художественный вкус и всесторонняя техника актёра, слитые воедино, рожают неповторимые находки в пластической выразительности образа.

Актёру недостаточно одного лишь слова для всестороннего раскрытия роли. Лишая своё тело выразительности, он значительно обедняет создаваемый образ. Актёр, не владеющий своим телом, боится движений и выбирает статичные положения. Актёр, владеющий своим телом, достигает яркости движений, жестов; у него шире простор творческой фантазии, так как в его сознании возникает образ, наделённый индивидуальными пластическими качествами; ему чужда бесформенность.

Движением и тренажем с актёрами занимались К. С. Станиславский, Е. Б. Вахтангов, В. Э. Мейерхольд, М. А. Чехов и другие крупнейшие режиссёры, которые давали своим ученикам творческие задания, способствовали развитию их воображения. В своей педагогической экспериментальной работе они находили необходимый творческий «манок», который вдохновлял актёра и помогал ему в искусстве перевоплощения [19].

Учитывая поразительную важность данного аспекта актёрской профессии, над проблемами пластики работали многие выдающиеся театральные деятели на протяжении всей истории театра.

Проблемы пластической выразительности связаны с несколькими моментами. Во-первых, это отбор выразительных средств, во-вторых, это их

соответствие автору, в-третьих, это физическая подготовка актёра непосредственно и, в-четвёртых, пластическое мышление режиссёра как автора спектакля.

Для решения этих проблем стоит обратиться к специализированной театральной литературе известных режиссёров, педагогов, и к поискам выдающихся актёров, создававших яркие сценические образы [19].

К. С. Станиславский в своём творчестве уделил пластике огромное внимание. Будучи гениальным актёром, Константин Сергеевич на своих примерах доказывал ученикам важность пластики. Его с детства водили в цирк, оперу, он видел особенности пластики артиста, то, чем она отличается от бытовой. В процессе переживания актёр должен чувствовать себя на сцене максимально искренне, дабы передать на сцену жизненную правду. Поэтому и движения его обязаны обходиться без наигрыша, театральности и позирования. Это органические движения человека, его природная пластика. Главной целью своего творчества Станиславский считал перенос жизни человеческого духа на сцену. Для этого необходима непрерывность происходящего. Движение на сцене начинается, развивается и логично завершается. Помимо непрерывности движения актёра должны оправдываться полной верой в предлагаемые обстоятельства пьесы и роли. Подлинное движение, основанное на вере, породит за собой и верное внутреннее самочувствие. То есть совершится переход от внешнего к внутреннему.

Характерность может задать пластике необходимый вектор движения и привести её в необходимое образу русло. Простой внешний трюк приводит к внутреннему самочувствию и правде. Этот секрет – переход от внешнего к внутреннему – стал основой работы для всего актёрского будущего [19].

Созданный Станиславским метод физических действий, доказывает этот постулат. Опираясь на принцип органической целостности человеческой личности, Станиславский признавал единство психического и физического в человеке.

Когда актёр выполняет на сцене какую-то сценическую задачу, он должен совершить определённое физическое действие. Но для этого ему необходимо понять потребность. Для чего он это делает, почему? Актёр, опираясь на предлагаемые обстоятельства, должен оправдать заданное ему действие, ибо выполнить убедительно любое действие, предварительно не оправдав его, не представляется возможным. А для того, чтобы оправдать действие, нужно привести в деятельное состояние свою мысль, фантазию, воображение, оценить «предлагаемые обстоятельства» и поверить в правду вымысла. Если всё это сделать, можно не сомневаться: нужное чувство придёт.

Движение само по себе – акт механический, и сводится он к сокращению определённых групп мышц. И совсем другое дело – физическое действие. Оно непременно имеет психическую сторону, ибо в процессе его выполнения сами собой втягиваются, вовлекаются и воля, и мысль, и фантазия, и вымыслы воображения, а в конце концов и чувство [19].

И. В. Калинин пишет, что «Главная задача практического курса – тренировка психотехники актёра, так как благодаря совершенствованию всей природы, творческого существа актёра, а не только его мышц можно добиться быстрого и точного восприятия замысла и его осуществления в процессе работы над ролью. В решении этой задачи особое значение приобретают способность и умение актёра точно организовать свои движения во времени и пространстве. Время, пространство и речь – вот три компонента, при помощи которых актёр и режиссёр совместно решают сложнейшие творческие задачи» [29].

И. В. Калинин поясняет: «в практическом курсе собраны разнообразные упражнения и этюды, которые являются необходимым звеном в воспитании актёра. Они делятся на три вида:

– упражнения-этюды на тренировку и воспитание навыков и качеств;

– упражнения-этюды на организацию движения во времени и пространстве;

– упражнения-этюды на материале курса «Искусство сценического фехтования» [29].

Все эти упражнения имеют одну общую основу. Они органически связаны с творчеством актёра и побуждают его к самостоятельному действию, так как иногда, работая над пластическим решением и воплощением роли или мизансцены, одни актёры довольно быстро ориентируются в конкретных сценических условиях, а другие тратят на это значительно больше времени и ждут показа режиссёра по каждой отдельной детали, каждому отдельному движению.

Понятно, что в первом случае процесс овладения ролью, процесс пластического воплощения произойдёт быстрее, чем во втором. В этом случае актёр, понявший поставленную перед ним задачу пластического решения образа, замысел роли, сам сумел творчески пристроиться к её сценическому воплощению (движение, пространство). Есть актёры, настолько владеющие даром воображения, ориентировки и пристройки, что они сами в состоянии предложить различные варианты мизансцены, различный пластический рисунок роли. Появляется возможность отбора наиболее выразительного решения, происходит творческий контакт между актёром и режиссёром. Основа этого плодотворного контакта – в самостоятельности актёра, его способности быстро ориентироваться в конкретных сценических условиях.

Во втором случае даже от природы одаренный актёр не всегда самостоятельно справится со сценической задачей, так как он привык, что режиссёр всё показывает сам. В результате он оказывается способным лишь к точному исполнению чужих решений.

В основе творческой пристройки лежит психотехника актёра, владение различными навыками в сочетании с даром импровизации и сочинительства, любовь и привычка к самостоятельному творчеству» [29].

## 1.2 Специфика образовательных программ по воспитанию пластической культуры у детей театрального отделения школы искусств

Образовательные программы по воспитанию пластической культуры у детей на театральном отделении школы искусств направлены на развитие двигательных навыков, пластической выразительности, чувства ритма и способности использовать тело как средство художественного выражения. Они интегрируют элементы хореографии, сценического движения, ритмопластики и импровизации, формируя у учащихся основы профессионального мастерства [35].

Основная цель программ – воспитание пластически развитой и творческой личности, способной использовать тело как инструмент для создания сценического образа [35].

Задачи обычно включают:

- обучение владению телом, развитию конкретности и точности движений, правильному распределению мышечных усилий;
- формирование пластической свободы, снятие мышечных зажимов и развитие способности к импровизации;
- развитие чувства ритма, музыкальности и координации;
- воспитание художественного вкуса и умения логически мыслить в контексте сценического действия;
- формирование навыков работы в коллективе, умения взаимодействовать с партнёрами;
- подготовку к созданию сценических образов через пластику [13, 64].

Основными направлениями и методами обучения являются:

- ритмопластика – комплексные ритмические, музыкальные и пластические упражнения, которые развивают психомоторные способности, пластическую и мышечную свободу. Включает работу с темпом, ритмом, динамикой и оттенками музыки.

Занятия ритмопластикой способствуют развитию пластической и мышечной свободы ребенка, которая является одним из важных моментов в творчестве будущего актера. Для того, чтобы процесс снятия излишнего мышечного напряжения был доведен до автоматизма, ребенку нужно помочь воспитать в себе «внутреннего наблюдателя». Станиславский утверждал, что «при выработке механической привычки вначале приходится много думать о контролере и направлять его действие, а это отвлекает от творчества. Но впоследствии освобождение мышц или, по крайней мере, стремление к нему в минуты волнения становится нормальным явлением... Мышечного контролера необходимо внедрить в свою физическую природу, сделать его своей второй натурой. Только в таком случае мышечный контролер будет помогать нам в момент творчества. Если же мы будем работать над освобождением мышц лишь в отведенные для этого часы или минуты, то не добьемся желаемого результата, потому что такие, ограниченные временем, упражнения не выработают привычки, не доведут ее до пределов бессознательной, механической приученности» [61].

Занятия ритмопластикой позволяют ребенку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а также в процессе занятий дети избавляются от стеснительности, зажатости и комплексов.

Овладев пластической свободой, дети развивают воображение. Раскрывают возможности своей фантазии. Воплощают на сцене свои жизненные наблюдения, используя эмоциональную и мышечную память. Пластическая свобода дает обучающимся в детской школе искусств большие возможности при работе над данной ролью, помогая будущему актеру создавать настоящее произведение искусства;

– сценическое движение – основа многих программ. Упражнения направлены на развитие силы, гибкости, выносливости, а также на освоение технических приёмов для создания художественного образа. Включает работу над осанкой, равновесием, координацией [35];

– пластическая импровизация – развитие способности сиюминутно создавать художественные формы через движение. Например, упражнения «Невиданный зверь» (придумать животное по заданному слову и передать его характер через пластику) или «Прирастай-ка» (постепенное «прирастание» к партнёрам, образуя общую композицию);

– работа с этюдами и миниатюрами – практическое применение навыков в небольших сценических заданиях. Учащиеся учатся передавать характер, настроение или сюжет через пластику;

– использование игровых методов – упражнения типа «Ветерок», «День и ночь», «Статуя», «Зеркало», «Ожившая тень» помогают развивать воображение, внимание и пластическую выразительность в непринуждённой форме [64];

– анализ и самооценка – критический разбор собственных и чужих работ способствует развитию умения оценивать пластическую выразительность и корректировать её [20].

Программы обычно включают несколько этапов обучения с постепенным усложнением материала. Например, программа «Пластический театр» может длиться 2 года (3–4 класс в рамках 4-летнего обучения) с еженедельной нагрузкой 1 час. Форма занятий – мелкогрупповые (4–10 человек), что позволяет индивидуализировать подход.

В содержании программ часто выделяют разделы:

- теоретические основы (понятия темпа, ритма, пластики);
- практические упражнения (разминка, развитие равновесия, координации, чувства ритма);
- работа над этюдами и импровизациями;

– подготовка к выступлениям [13].

При реализации программы следует учитывать особенности для разных возрастных групп:

– младшие школьники чаще работают через игровые формы и ритмопластику, так как им легче выражать эмоции через тело, чем через слово [60];

– старшие учащиеся углублённо изучают технические приёмы сценического движения, работают над сложными этюдами и участвуют в постановках [59].

Для контроля и аттестации используются:

– текущий контроль на занятиях;

– промежуточная аттестация в форме тестов, импровизационных заданий, показа этюдов;

– итоговая аттестация – контрольный урок, зачёт или участие в спектакле [13].

Программы опираются на методики выдающихся театральных педагогов – К. С. Станиславского, В. Э. Мейерхольда, М. А. Чехова, а также на работы Э. Коха, И. Иванова, Г. Морозовой и других. Учитываются принципы взаимосвязи сознания, чувства и движения, а также опыт традиционного и современного театра [51].

Дополнительными аспектами являются:

– связь с другими дисциплинами: пластическая культура развивается во взаимосвязи с актёрским мастерством, сценической речью, хореографией и другими предметами [13];

– здоровьесберегающие технологии: программы включают разминку, контроль нагрузки, что способствует укреплению здоровья и формированию здорового образа жизни;

– творческая практика: учащиеся участвуют в концертах, спектаклях, фестивалях, что позволяет применить навыки в реальных условиях [35].

Таким образом, образовательные программы по пластической культуре в театральных отделениях школ искусств сочетают техническую подготовку, творческое развитие и практическую деятельность, формируя у учащихся основы профессионального мастерства.

Образовательная программа обязательно должна учитывать возрастные особенности обучающихся.

Развитие пластической культуры у детей школьного возраста на театральном отделении школы искусств имеет свои возрастные особенности, которые связаны с физиологическим, психологическим и когнитивным развитием учащихся. Пластическая культура в этом контексте включает в себя не только технику движений, но и умение выражать эмоции, создавать художественный образ через тело, развивать координацию, гибкость и выразительность [59].

Рассмотрим особенности развития детей младшего школьного возраста (7–10 лет).

В этом возрасте дети обладают большой двигательной активностью, но их моторика ещё слабо развита, наблюдается высокая утомляемость и эмоциональная возбудимость. У них доминируют наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, а к третьему-четвёртому классу начинают проявляться элементы логического мышления [18, 26].

Особенности развития пластической культуры в младшем школьном возрасте характеризуются следующими аспектами:

- дети легче воспринимают информацию через показ, поэтому педагог должен демонстрировать движения точно и чётко. Показ следует сопровождать кратким объяснением для развития второй сигнальной системы и пополнения терминологического запаса;

- мышцы в этом возрасте более пластичны и эластичны, что способствует развитию гибкости и растяжки. Однако кости ещё не полностью окостенели, а мышечный аппарат недостаточно окреп, поэтому

важно дозировать нагрузки, чтобы избежать травм осанки или искривления позвоночника;

- дети быстро утомляются, поэтому необходима частая смена деятельности. Длительное сохранение статического положения для них утомительно;

- эмоциональные проявления несовершенны, волевые и нравственные качества имеют ограниченный характер. Похвала и методы поощрения в этом возрасте действеннее наказания;

- через пластику дети легче выражают чувства и эмоции, чем через слова. Особенно интересны пластические образы под влиянием музыки [18, 60].

Методы работы с детьми этого возраста следующие:

- использование ритмопластики – комплексных ритмических, музыкальных, пластических игр и упражнений для развития психомоторных способностей;

- применение игровых методов, образных заданий, сказок для поддержания интереса;

- развитие умения ориентироваться в пространстве, двигаться в группе, выполнять перестроения;

- работа над расслаблением мышц, снятием зажимов, развитием чувства равновесия [60].

Средний школьный возраст (11–14 лет) характеризуется следующими особенностями.

В этом периоде происходит активное физическое и психологическое развитие, начинается половое созревание. У подростков усиливается аналитическое мышление, появляется способность к абстрактному рассуждению [69].

Особенности развития пластической культуры в подростковом возрасте следующие:

– возрастает интерес к осознанному самовыражению через движение. Подростки начинают анализировать свои действия, сравнивать себя с другими;

– физические возможности расширяются: улучшается координация, увеличивается сила и выносливость. Однако важно учитывать неравномерность развития мышечных групп и избегать перегрузок;

– появляется потребность в индивидуализации – подростки стремятся выразить свою индивидуальность через пластику;

– могут возникать психологические зажимы, связанные с самооценкой и восприятием тела [1, 26].

Методами работы с подростками являются:

– введение более сложных упражнений на развитие пластической выразительности, импровизации, работы с образом;

– использование двигательных этюдов на метафорические и поэтические темы, пластических импровизаций;

– работа над снятием мышечных зажимов, развитием телесной осознанности;

– акцент на развитии образного мышления и способности передавать смысл через движение [51, 59].

Старший школьный возраст (15–17 лет) характеризуется следующими особенностями.

В этот период завершается физическое созревание, формируется мировоззрение, укрепляется воля и самодисциплина. Подростки способны к глубокому анализу и синтезу информации.

Специфика развития пластической культуры в старшем школьном возрасте следующая:

– появляется способность к созданию сложного художественного образа, использованию разнообразных пластических средств для его воплощения;

- развивается умение сочетать пластику с другими элементами актёрского мастерства – речью, мимикой, жестами;
- формируется индивидуальный стиль исполнения, осознанное использование технических навыков для выражения личности;
- возрастает ответственность за результат, появляется стремление к совершенствованию [14, 26].

Методы работы с детьми старшего школьного возраста:

- изучение профессиональных техник сценического движения, пантомимы, элементов танца (классического, современного, историко-бытового);
- работа над сложными композициями, участие в спектаклях с ответственными ролями;
- развитие умения анализировать свои действия, корректировать технику, работать над ошибками;
- использование методов самоконтроля и самостоятельной тренировки [14].

Общими принципами обучения являются:

- постепенность и систематичность: нагрузка должна увеличиваться постепенно, с учётом возраста и уровня подготовки;
- индивидуализация: необходимо учитывать физические данные, темперамент, психологические особенности каждого ученика;
- наглядность: использование зеркал, видеоматериалов, демонстраций педагога для коррекции техники;
- творческий подход: включение импровизационных заданий, работа с образами и эмоциями для развития выразительности [14, 60].

Пластическая культура – важный компонент подготовки театрального актёра, и её формирование должно учитывать возрастные особенности учащихся. Это позволяет не только развить технические навыки, но и раскрыть творческий потенциал, сформировать умение выражать себя через движение [59].

### 1.3 Критерии и показатели сформированности пластической культуры у обучающихся театрального отделения

Пластическая культура у обучающихся театрального отделения школы искусств – это совокупность знаний, умений и навыков, позволяющих использовать тело как средство выразительности для создания художественного образа на сцене. Она включает физическую подготовку, координацию движений, чувство ритма, умение работать в пространстве и взаимодействовать с партнёрами [39].

Критериями сформированности пластической культуры у обучающихся театрального отделения школы искусств являются:

- владение техникой сценического движения: умение выполнять упражнения и комбинации, демонстрируя конкретность и точность движений, правильное распределение мышечных усилий, ритмичность и музыкальность. Включает освоение технических приёмов (например, работа с театральными аксессуарами – шляпой, тростью, плащом) для создания художественного образа [21];

- координация движений: способность согласовывать движения рук, ног, корпуса и головы, сохранять баланс и устойчивость. Например, координировать движения при ходьбе, подскоках, беге, в польке и других танцевальных элементах [14];

- чувство ритма и музыкальность: умение воспринимать музыку, передавать её характер, темп и ритм в движении, распределять движения в соответствии с музыкальной фразой [59];

- пластическое воображение и образность: способность создавать пластический образ, импровизировать, передавать эмоции и состояния через движения (радость, гнев, печаль и т. д.). Включает умение придумывать движения, соответствующие музыкальному или театральному образу;

– работа в пространстве: навыки ориентации на сцене, распределения движений во времени и пространстве, построения мизансцен, сохранения интервалов при перестроениях [53];

– взаимодействие с партнёрами: умение координировать действия в паре или группе, синхронизировать движения, создавать атмосферу доверия и поддержки в коллективе;

– снятие мышечных зажимов и психологическая свобода: умение расслабляться, избегать скованности, управлять центром тяжести и инерцией тела;

– эстетический вкус и художественный подход.: способность оценивать красоту и гармоничность движений, выбирать выразительные средства в соответствии с характером роли и спектакля;

– навыки публичных выступлений: уверенность на сцене, умение доносить образ до зрителя, сохранять концентрацию и эмоциональную вовлечённость;

– знание терминологии и теории: осведомлённость в области сценического движения, хореографии, основ пластической выразительности [21, 53].

Показатели, по которым можно оценить уровень сформированности пластической культуры у обучающихся, следующие:

– техника сценического движения: чистота исполнения упражнений, отсутствие ошибок в технике, плавность и точность движений;

– координация: способность одновременно выполнять сложные комбинации, например, сочетать движения рук и ног;

– ритм и музыкальность: соответствие движений музыкальному сопровождению, умение акцентировать ключевые моменты;

– пластическое воображение: оригинальность импровизаций, умение воплощать заданные образы (например, «ветер», «дождь»);

– работа в пространстве: грамотное использование сценической площадки, построение мизансцен;

- взаимодействие с партнёрами: синхронность в парных или групповых упражнениях, умение поддерживать контакт;
- снятие зажимов: свобода движений, отсутствие напряжения в мышцах, естественность пластики;
- эстетический вкус: выбор выразительных средств, соответствующих характеру образа, гармония движений;
- публичные выступления: уверенность на сцене, эмоциональная вовлечённость, способность удерживать внимание зрителя;
- теоретическая подготовка: знание терминологии, понимание принципов пластической выразительности [59].

Методами оценки уровня сформированности пластической культуры у обучающихся являются:

- наблюдение за выполнением упражнений и этюдов на занятиях и контрольных уроках;
- анализ выступлений в спектаклях и концертах;
- тестирование на знание терминологии и теоретических основ;
- видеоанализ движений для объективной оценки техники и выразительности;
- самооценка и взаимооценка в рамках групповых заданий [51].

Оценка может проводиться по пятибалльной шкале (от «отлично» до «неудовлетворительно»), где учитываются качество исполнения, осмысленность движений, прогресс ученика и другие факторы:

- «отлично» – качественное, осмысленное исполнение упражнений, освоение сценических навыков, творческая инициатива;
- «хорошо» – грамотное исполнение с небольшими недочётами, видимый прогресс;
- «удовлетворительно» – исполнение с большим количеством недостатков, слабая физическая подготовка;
- «неудовлетворительно» – непонимание материала, отсутствие динамики в развитии [53].

Развитие пластической культуры – это комплексный процесс, который требует систематической тренировки, индивидуального подхода и интеграции с другими дисциплинами (актёрским мастерством, ритмикой, хореографией) [21].

Выводы по первой главе:

Пластическая культура актёра – это специфическая двигательная деятельность, протекающая во времени в условиях реального сценического пространства по особым эстетическим и биомеханическим законам.

Пластическая культура актёра подразумевает:

- владение психофизическими качествами;
- чувство композиции, формы, эстетический вкус;
- мышечную свободу;
- умение точно и образно пользоваться контрастными движениями.

Пластическая выразительность – это комплекс специальных навыков и умений артиста, способствующих художественному воплощению образа произведения.

Пластическая культура охватывает более широкий контекст, а пластическая выразительность – более узкое понятие, которое является частью пластической культуры.

Образовательные программы по воспитанию пластической культуры у детей на театральном отделении школы искусств направлены на развитие двигательных навыков, пластической выразительности, чувства ритма и способности использовать тело как средство художественного выражения. Они включают элементы хореографии, сценического движения, ритмопластики и импровизации, формируя у учащихся основы профессионального мастерства.

Основная цель – воспитание пластически развитой и творческой личности, способной использовать тело как инструмент для создания сценического образа.

Основными направлениями и методами обучения являются: ритмопластика; сценическое движение; пластическая импровизация; работа с этюдами и миниатюрами; использование игровых методов; анализ и самооценка.

Образовательные программы по пластической культуре в театральных отделениях школ искусств сочетают техническую подготовку, творческое развитие и практическую деятельность, формируя у учащихся основы профессионального мастерства.

Пластическая культура у обучающихся театрального отделения школы искусств – это совокупность знаний, умений и навыков, позволяющих использовать тело как средство выразительности для создания художественного образа на сцене. Она включает физическую подготовку, координацию движений, чувство ритма, умение работать в пространстве и взаимодействовать с партнёрами.

Критериями сформированности пластической культуры у обучающихся театрального отделения школы искусств являются: владение техникой сценического движения; координация движений; чувство ритма и музыкальность; пластическое воображение и образность; работа в пространстве; взаимодействие с партнёрами; снятие мышечных зажимов и психологическая свобода; эстетический вкус и художественный подход; навыки публичных выступлений; знание терминологии и теории.

Развитие пластической культуры – это комплексный процесс, который требует систематической тренировки, индивидуального подхода и интеграции с другими дисциплинами (актёрским мастерством, ритмикой, хореографией).

## **ГЛАВА 2. МЕТОДИКА РАЗРАБОТКИ И ВНЕДРЕНИЯ АВТОРСКОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

2.1 Особенности структуры и содержания программы по развитию пластической культуры обучающихся на примере Детской школы искусств № 3 города Нижневартовска

Базой нашего исследования в течение 2023-25 гг. выступила МАУДО «Детская школа искусств № 3» г. Нижневартовска.

На отделении «Искусство театра» ДШИ № 3 занимаются 112 человек, дети от 7 до 16 лет. У всех классов – предмет «Танец». Всего десять классов: половина по 5-летней системе обучения, половина – по 8-летней. Дети играют в спектаклях, и все танцевальные постановки – это танцы к спектаклям или тематические концерты.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что процесс воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств будет эффективным, если: программа строится на интеграции элементов хореографии, сценического движения и актёрского мастерства; содержание обучения учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся; используются интерактивные методы и технологии, стимулирующие творческую активность; предусмотрен поэтапный мониторинг сформированности пластических навыков.

Нами была разработана программа по учебному предмету «Танец» дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области театрального искусства «Искусство театра».

Пояснительная записка.

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Программа учебного предмета «Танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной

предпрофессиональной общеобразовательной программе в области театрального искусства «Искусство театра».

Изучение хореографии является основой для формирования средств выразительности пластической культуры тела артиста. Занятия классическим танцем развивают силу, ловкость, хорошие манеры, чувство ритма, музыкальность, актерскую выразительность, умение свободно двигаться.

Элементы народных, народно-характерных, историко-бытовых и современных танцев включены в программу для обогащения и расширения культуры движений. Наряду с изучением новых элементов хореографии в каждой группе постоянно закрепляется ранее пройденный материал.

2. Срок реализации учебного предмета и объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета.

Срок освоения программы «Искусство театра» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте от шести с половиной до девяти лет составляет 8 лет. Освоение программы по предмету «Танец» рассчитано на 8 лет (с 1 по 8 класс).

При этом объем учебного времени, предусмотренный учебным планом по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области театрального искусства «Искусство театра» на реализацию учебного предмета «Танец», составляет 461 час максимальной учебной нагрузки, объем аудиторной нагрузки по данному предмету составляет 461 час, объем времени на внеаудиторную (самостоятельную) работу обучающихся по данному предмету не предусматривается, на консультации (в том числе, в счет резерва учебного времени) отводится 32 часа.

Срок освоения программы учебного предмета «Танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте с

десяти до двенадцати лет (5-летняя образовательная программа, составляет 5 лет (с 1 по 5 класс).

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области театрального искусства «Искусство театра» на реализацию учебного предмета «Танец», составляет 297 часов максимальной учебной нагрузки, объем аудиторной нагрузки по данному предмету составляет 297 часов, объем времени на внеаудиторную (самостоятельную) работу обучающихся не предусматривается, на консультации (в том числе, в счет резерва учебного времени) отводится 24 часа.

Для детей, не закончивших освоение образовательной программы основного общего образования или среднего (полного) общего образования и планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области театрального искусства, срок освоения программы может быть увеличен на 1 год (6 или 9 класс). Количество максимальной учебной нагрузки в дополнительных классах составляет 66 часов аудиторных занятий, на консультации перед зачетом или экзаменом отводится 8 часов.

При восьмилетнем сроке обучения объем учебной нагрузки в неделю составляет 1 час (с 1 по 2 класс), 2 часа (с 3 по 8 класс). При пятилетнем сроке обучения объем учебной нагрузки в неделю составляет 2 часа (с 1 по 5 класс). Обучение в дополнительных (шестом или девятом) классах проходит в форме мелкогрупповых занятий от двух человек по 2 часа в неделю.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета «Танец» (Таблица 1 и 2).

Таблица 1 – Нормативный срок обучения – 8 (9) лет

| Классы                                     | 1–8 классы | 1–9 классы |
|--------------------------------------------|------------|------------|
| Максимальная учебная нагрузка<br>(в часах) | 461        | 527        |

|                                        |     |     |
|----------------------------------------|-----|-----|
| Количество часов на аудиторные занятия | 461 | 527 |
|----------------------------------------|-----|-----|

Таблица 2 – Нормативный срок обучения – 5 (6) лет

| Классы                                  | 1–5 классы | 1–6 классы |
|-----------------------------------------|------------|------------|
| Максимальная учебная нагрузка (в часах) | 297        | 363        |
| Количество часов на аудиторные занятия  | 297        | 363        |

#### 4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.

Учебный предмет «Танец» проходит в форме мелкогрупповых занятий (от 2 до 10 человек в группе).

#### 5. Цель и задачи предмета «Танец».

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области хореографического искусства.

Задачи:

- овладение основами классического, народного, историко-бытового и современного танца с учетом специфики театрального искусства;
- развитие сильного, гибкого мышечного аппарата;
- развитие культуры движения;
- овладение средствами пластической выразительности;
- развитие чувства ритма и музыкальности;
- развитие внимания, памяти, творческого воображения;
- воспитание характера, целеустремленности;
- знакомство с хореографической терминологией.

#### 6. Обоснование структуры программы учебного предмета.

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;

- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

## 7. Методы обучения.

Применяемые методы обучения обоснованы дидактическими задачами предмета:

- принцип систематичности. Занятия танцами осуществляются в течение учебного года от занятия к занятию на протяжении ряда лет.

Результатом систематических занятий является приобретение и поддержание обучающимися соответствующей физической формы, необходимой для подготовки учебного номера;

- принцип повторности. Без многократных повторений невозможно сформировать и упрочить двигательные навыки, создать предпосылки дальнейшего прогресса;

- принцип вариативности. Широкое видоизменение упражнений, условий их выполнения, динамичность нагрузок и разнообразие методов их применения, обновление форм и содержания занятий;

- принцип постепенности. От простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Весь процесс обучения и воспитания должен отвечать условиям доступности. Постепенное, но неуклонное повышение нагрузки, увеличение объема и интенсивности выполняемой работы, усложнение задач и действий;

- принцип индивидуализации требует построение и проведение занятий с учетом индивидуальных особенностей занимающихся: пол, возраст, физическая подготовленность, состояние здоровья. Необходимо также учитывать психологическую совместимость партнеров. Этот принцип

особенно необходимо соблюдать при хореографическом оформлении учебного номера;

– принцип наглядности предполагает постоянное использование зеркал в хореографическом зале для уточнения правильности положения корпуса, рук и ног в исполнении различных элементов, непосредственные контакты с действительностью, использование фото- и видеоматериалов.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории, предназначенные для реализации учебного предмета «Танец», оснащаются:

- станками;
- зеркалами;
- специальным покрытием пола;
- музыкальным инструментом.

Содержание учебного предмета.

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Танец», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия (Таблица 3 и 4).

Таблица 3 – Затраты учебного времени (срок обучения 8 лет)

| Класс                                           | Распределение по годам обучения |    |    |    |    |    |    |    |
|-------------------------------------------------|---------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|
|                                                 | 1                               | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| Продолжительность учебных занятий в неделях     | 32                              | 33 | 66 | 66 | 66 | 66 | 66 | 66 |
| Количество часов на аудиторные занятия в неделю | 1                               | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |
| Общее количество часов на аудиторные занятия    | 461                             |    |    |    |    |    |    |    |
| Объем времени на консультации (по годам)        | 2                               | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  |
| Общий объем времени на консультации             | 24                              |    |    |    |    |    |    |    |

Таблица 4 – Затраты учебного времени (срок обучения 5 лет)

| Класс                                           | Распределение по годам обучения |    |    |    |    |
|-------------------------------------------------|---------------------------------|----|----|----|----|
|                                                 | 1                               | 2  | 3  | 4  | 5  |
| Продолжительность учебных занятий в неделях     | 33                              | 66 | 66 | 66 | 66 |
| Количество часов на аудиторные занятия в неделю | 1                               | 2  | 2  | 2  | 2  |
| Общее количество часов на аудиторные занятия    | 297                             |    |    |    |    |
| Объем времени на консультации (по годам)        | 2                               | 2  | 4  | 4  | 4  |
| Общий объем времени на консультации             | 16                              |    |    |    |    |

В 6 и 9 классах на хореографию отводится 2 часа в неделю (66 часов в год). Самостоятельная работа по предмету «Хореография» не предусмотрена.

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области театрального искусства распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачетам, экзаменам, олимпиадам. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени. В случае, если консультации проводятся рассредоточено, резерв учебного времени используется на методическую работу преподавателей.

Виды внеаудиторной работы:

- посещение учреждений культуры (филармоний, театров, концертных залов и др.);
- участие обучающихся в концертах, творческих мероприятиях и культурно-просветительской деятельности образовательного учреждения и др.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи, объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

## 2. Требования по годам обучения:

- 1–2 класс (срок обучения 8 лет);
- 1–2 класс (срок обучения 5 лет).

Основной задачей является постановка ног, корпуса, рук и головы в экзерсисе у станка и на середине. Учащиеся должны овладеть первоначальными навыками координации движений.

Практическая часть программы заключается в следующем:

### 1. Экзерсис у станка: перед каждым движением (приготовление);

1) позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5;

2) позиции рук: подготовительное положение – 1, 3, 2 (сначала изучаются на середине зала при неполной выворотности позиции ног);

3) Demi-plié в 1, 2, 5 позициям;

4) Grand-plié в 1, 2, 5 позициям;

### 5) Battements tendus:

– с 1 позиции в сторону;

– вперед;

– назад;

– с 5 позиции в сторону;

– вперед;

– назад;

### 6) Battements tendus:

– с 1 позиции в сторону;

– вперед;

– назад;

– с demi-plié с 5 позиции в сторону;

– вперед;

– назад;

7) Battements tendus с опусканием пятки во 2 позицию с 1 и 5 позиций (с нажимом);

8) Battements tendus jetés: с 1 и 5 позиций в сторону, вперед, назад;

- 9) Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по 1/2 кругу);
  - 10) Battements fondus: носком в пол во всех направлениях (2-е на 25° во всех направлениях);
  - 11) Battements frappes: в сторону, вперед, назад (вначале изучается носком, затем на 25°);
  - 12) Battements retires (поднимание ноги из пятой позиции в положение sur le cou-de-pied и passage и возвращение в 5 позицию вперед и назад);
  - 13) Battements releves lents во всех направлениях;
  - 14) Battements developpes во всех направлениях (1 полугодие – 45°, второе полугодие – 90°);
  - 15) Grands battements jetes с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад;
  - 16) Releves на полупальцы в 1, 2, 5 позициях (стоя лицом к станку);
  - 17) перегибание корпуса назад, в сторону (стоя лицом к станку);
  - 18) Pas de bourree simple (с переменной ног стоя лицом к станку);
  - 19) Pas balanse (лицом к станку). Второе полугодие – на середине.
2. Экзерсис на середине зала:
- 1) позиции рук: подготовительное положение 1, 3, 2;
  - 2) поклон (для девушек, для мальчиков);
  - 3) положение en face epaulement eroise et efface;
  - 4) Demi-plié по 1, 2, 5 позициям;
  - 5) Battements tendus с 1 и 5 позиций вперед, сторону, назад;
  - 6) Battements tendus с demi-plié в 1 и 5 позиции вперед, в сторону, назад;
  - 7) Templie par terre (второе полугодие);
  - 8) Arabesque 1, 2, 3 (носком в пол). Второе полугодие на 45°– 90°;
  - 9) Grand battements jetes (вперед, в сторону, назад).
3. Allegro (прыжки): все прыжки сначала изучаются лицом к станку, а затем на середине зала:
- 1) Saute: по 1, 5 позициям;
  - 2) Pas echapee во 2 позицию с 1 и 5 позиций;

3) Changement de pied;

4) Sissone simple.

4. Танцевальные элементы:

1) Pas chasse вперед, назад;

2) Pas eleve вперед и назад;

3) Pas balance;

4) галоп;

5) вальс (с раскладкой – 1 полугодие);

6) па вальса, соединенные с небольшой поддержкой;

7) па польки на месте – вперед, назад и боковое, с продвижением вперед и назад;

8) па полонеза.

К концу первого года обучения учащимися должны быть освоены:

1) вальс в три па в парах;

2) полонез (несложные фигуры в парах);

3) полька в парах;

4) галоп в парах. Композиция;

5) поклоны (с учетом манежа и сцены);

6) Saute: по 1, 5 позициям;

7) Pas echapee во 2 позицию с 1 и 5 позиций;

8) Changement de pied;

9) Sissone simple.

Требования по годам обучения:

– 3–4 класс (срок обучения 8 лет);

– 3–4 класс (срок обучения 5 лет).

Развитие физической силы учащихся, изучение пройденных упражнений у станка. Работа над позами в экзерсисе у станка, на середине. Развитие координации движений в более сложных комбинациях.

1. Экзерсис у станка:

1) положение ноги sur le cou-de pied вперед и назад (обхватное, для battement frappe);

2) Battements fondus plie-soutenus вперед, в сторону, назад (второе полугодие – с подъемом на полупальцы в 5 позиции);

3) Battements frappes на  $25^{\circ}$  (вперед, в стороны, назад);

4) Battements double frappes в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, позднее на  $25^{\circ}$ ;

5) полуповороты в 5 позиции на двух ногах с переменой ног на полупальцах;

6) Battements reveues на  $90^{\circ}$  (et battements developpes в позах: croisee, eflacee, attitude effacee et croisee, 2 arabesque);

7) Allongé.

2. Экзерсис на середине зала:

1) Temps lie par terre (с перегибом корпуса);

2) Battements fendus (в позах);

3) Grand plie (1, 2, 5 позиция);

4) Grand battements jetes (во всех позах);

5) Arabesque 1, 2, 3 на  $90^{\circ}$ .

3. Allegro (прыжки)

1) Pas assemble;

2) Echarpe на 2 позицию;

3) Sissonne fermee во всех направлениях и маленьких позах;

4) Pas emboites вперед на  $45^{\circ}$  на месте и с продвижением;

5) Tour en lair (вначале по 1/2 тура – для мальчиков).

4. Танцевальные этюды и элементы народных танцев:

1) русский ход. Переменный ход;

2) дробный ход;

3) веревочка;

4) присядка (для мальчиков);

5) положение рук (в кулачок, просто на талии);

6) припадание;

7) элементы цыганского танца:

– положение рук;

– ходы и основные движения;

– мужской ход с хлопущкой;

– чечетка с подскоком на опорной ноге;

8) тарантелла (небольшая композиция);

9) современные ритмы (на усмотрение хореографа):

– ритмический танец;

– движения, связанные с гимнастикой, акробатикой.

10) элементы украинского танца:

– «бигунец»;

– «тынок»;

– «дорижка»;

– «веревочка», «голубцы», «присядка» (для мальчиков);

11) элементы молдавского танца (по выбору педагога).

Требования по годам обучения:

– 5–6 класс (срок обучения 8 лет);

– 5 класс (срок обучения 5 лет).

В процессе занятий осваивается техника полуповоротов и поворотов у станка. Добавляются новые движения у станка и на середине зала. Вводятся полупальцы. Adagio строится на более сложных комбинациях из движений, пройденном в данном и предыдущих классах. Особое внимание обращается на выразительность. Учащиеся должны приобрести физическую силу мышц, координацию движений.

1. Экзерсис у станка:

1) Battements fondus: в позах en face, raise, efface;

2) Arabesque (арабески) 1, 2, 3 на 90°;

3) Battements frappes (во всех позах на полупальцах и с окончанием в demi-plie);

- 4) Grands battements jetes (в позах);
- 5) Port de bras: 1, 2, 3 (на усмотрение педагога).

2. Allegro (прыжки):

- 1) Assemble с продвижением en fase и в позах;
- 2) Tour en l'air (для мальчиков);
- 3) Pas echange (по 1/2 оборота);
- 4) перекидное;
- 5) Sissonne tomle e pas de bourre;
- 6) Chaines (шнел) вращение по диагонали;
- 7) Sissonne barabesque 1, 2, 3 (сценический).

3. Танцевальные элементы. Этюды:

- 1) венгерский танец (на усмотрение преподавателя);
- 2) испанский танец;
- 3) кадрили (в русском характере);

4) элементы исторических танцев. Танцевальные композиции менуэта, мазурки, лансье, экосеза (на усмотрение преподавателя);

- 5) чарльстон, рок-н-ролл, танго (на усмотрение преподавателя).

Требования по годам обучения:

- 6–9 класс (срок обучения 8 лет);
- 6 класс (срок обучения 5 лет).

Занятия по хореографии в 6-9 классах предполагают усовершенствование и закрепление пройденного ранее материала, а также овладение стилевыми особенностями исполнения на различную по характеру музыку, подготовка к хореографическому оформлению номеров, учитывая специализацию учащихся.

Продолжение работы над исполнительской техникой движений и актерской выразительностью.

Вводятся эксцентрические синкопированные движения, которые подчеркивают поведение исполнителя на манеже. Тренировочные упражнения у станка и на середине зала выполняются в ускоренном темпе,

количество упражнений увеличивается (на усмотрение педагога). Педагог проводит индивидуальную работу над овладением технически сложными движениями.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в области хореографии:

- знание о роли хореографии в искусстве театра;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание терминологии хореографии;
- владение элементами классического, народного, историко-бытового и современного танца при подготовке учебного номера в соответствии с его тематикой;
- понимание и передача смысловой и эмоциональной окраски музыки через движение.

Формы и методы контроля, система оценок.

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.

Оценка качества реализации учебного предмета «Танец» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося.

В качестве средств текущего контроля успеваемости может использоваться участие в просмотрах, концертах, конкурсах и фестивалях.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Форму и время проведения промежуточной аттестации по данному предмету образовательное учреждение устанавливает самостоятельно, проводит минимум один раз в конце каждого учебного года или по окончании каждой четверти (полугодия). Это могут быть контрольные уроки, зачеты, экзамены.

По завершении изучения предмета «Танец» проводится аттестация в форме зачета (экзамена) в конце 8 (9 класса) класса, выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

Формы текущего контроля:

- контрольные уроки;
- творческие просмотры.

Программа предусматривает проведение для обучающихся консультаций с целью их подготовки к контрольным урокам, зачетам, экзаменам. Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

## 2. Критерии оценки качества исполнения

По окончании курса обучения на зачете или экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале (Таблица 5).

Таблица 5 – Критерии оценки качества исполнения

| Оценка                    | Критерии оценивания выступления                                                                                                           |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5 («отлично»)             | технически и художественно качественное овладение хореографическими элементами                                                            |
| 4 («хорошо»)              | технически и художественно качественное владение хореографическими элементами с небольшими недочетами                                     |
| 3 («удовлетворительно»)   | исполнение с большим количеством недочетов, отсутствие музыкальности, недостаточная растяжка, гибкость                                    |
| 2 («неудовлетворительно») | комплекс недостатков вследствие плохой посещаемости, нежеланием трудиться – отсутствие музыкальности, пластичности, гибкости, координации |
| «зачет» (без отметки)     | отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения                                                             |

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества

исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более гибко подойти к оценке.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области театрального искусства.

Методическое обеспечение учебного процесса.

Методические рекомендации педагогическим работникам.

В процессе обучения преподаватель должен добиваться от учащегося выразительного исполнения движений на всех этапах урока.

Одной из основных задач педагога-хореографа является воспитание у учащихся чувства ансамбля и умения владеть пространством. Особое внимание на занятиях хореографии следует уделять музыкальному сопровождению, которое служит не только ритмическим аккомпанементом, но и раскрывает содержание и характер движений.

Легче всего ребенок воспринимает ритм, близкий его внутреннему состоянию. Упражнения для развития чувства ритма способствуют развитию ритмических способностей обучающегося.

Во время занятий необходимо научить детей правильно воспринимать музыку и уметь передавать ее содержание в танце. Педагог-хореограф и концертмейстер должны тщательно отбирать музыкальный материал для урока.

Основной задачей предмета является постановка ног, корпуса, рук и головы в экзерсисе у станка и на середине.

Для занятий хореографией важно иметь:

- правильную осанку;
- выворотность ног;
- гибкость;
- хороший вестибулярный аппарат;
- музыкально-ритмическую координацию, прыгучесть, растяжку;

– выносливость и силу.

Охарактеризуем подробнее основные качества физической подготовки.

Правильная осанка – обязательное условие выполнения всех дальнейших упражнений. Правильная постановка корпуса обеспечивает устойчивость, облегчает развитие выворотности ног, гибкости и выразительности корпуса. Большое значение играет постановка головы.

Выворотность ног – способность развернуть ноги (бедра, голени, стопы) в положение *en dehors* (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу.

Выворотное положение ног во время танца обеспечивает артисту возможность свободного выполнения движений и создает условия, которые отвечают законам красоты и эстетики.

Гибкость – одно из главных профессиональных качеств.

Музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движение корпуса рук и ног во времени и пространстве под музыку.

Необходимо, чтобы музыкальное сопровождение занятий хореографией было разнообразным: быстрым, медленным, ритмичным энергичным или плавным, спокойным.

При изучении позиций ног обязательны: подтянутый корпус, ровное положение стопы на полу, предельная натянутость ног.

В постановке рук большое значение имеет правильное положение по позициям: руки свободны, не напряжены в локтях и запястьях. Плечи в движении не участвуют, они развернуты и опущены.

Все эти качества нарабатываются на систематических занятиях хореографией при соблюдении основных дидактических принципов обучения.

## 2.2 Технология интеграции программы в учебный процесс школы искусств

Интеграция образовательной программы воспитания пластической культуры в учебный процесс школы искусств предполагает системный подход, который объединяет теоретические знания, практические занятия и междисциплинарные связи. Пластическая культура в этом контексте включает гармонию движений, жестов, осанки, а также умение выражать эмоции и создавать художественный образ через тело [62].

Основными принципами интеграции программы являются:

- целостность и системность: пластическая культура рассматривается как совокупность нравственного, эстетического и профессионального аспектов. Её формирование должно быть последовательно включено в учебный план, охватывая как технические навыки, так и развитие эмоционально-волевой сферы личности [59];

- междисциплинарный подход: интеграция пластической культуры может осуществляться через связь с другими дисциплинами: хореографией, сценическим движением, скульптурой, рисунком, композицией. Например, знания пластической анатомии могут дополнять обучение рисунку и скульптуре, а элементы пантомимы и акробатики – включаться в занятия по сценическому движению;

- практическая направленность: ключевое значение имеют практические занятия, которые позволяют учащимся применять теоретические знания на практике. Это могут быть тренинги, репетиции, создание пластических этюдов и импровизаций;

- развитие творческого мышления: программы должны включать задания на создание собственных пластических образов, что стимулирует воображение и художественный вкус;

– учёт возрастных особенностей: методы и интенсивность нагрузок адаптируются под возраст учащихся, чтобы избежать перегрузок и сохранить интерес к обучению [53].

Методы и формы реализации программы следующие:

– словесные методы: рассказы, беседы, объяснения, дискуссии. Они помогают формировать теоретическое понимание пластической культуры, её истории и принципов;

– наглядные методы: демонстрация, показ примеров, просмотр видеоматериалов. Визуализация позволяет учащимся лучше усваивать материал;

– практические методы: упражнения (тренировочные, воспроизводящие, творческие), выполнение заданий на координацию движений, ритмичность, музыкальность;

– игровые методы и импровизация: элементы игры и пластической импровизации делают процесс обучения более интенсивным и увлекательным;

– репетиции и спектакли: включение учащихся в подготовку театральных номеров или хореографических постановок позволяет применить навыки в реальной творческой деятельности [35];

– самостоятельная работа: задания на дом могут включать анализ пластических решений в искусстве, создание эскизов или выполнение упражнений на развитие гибкости и координации [2, 53].

Примерная структура программы может включать следующие разделы:

1. Теоретическая часть: история пластической культуры, основы пластической анатомии, принципы пластической выразительности.

2. Практическая часть: тренинги по развитию гибкости, координации, ритмичности; упражнения на снятие мышечных зажимов; работа над пластическими этюдами и импровизациями.

3. Интегративные модули: связь с хореографией, сценическим движением, скульптурой и другими дисциплинами.

4. Творческие проекты: создание пластических композиций, участие в спектаклях или выставках.

Критериями оценки результатов являются:

- технические навыки: точность движений, координация, ритмичность, музыкальность;
- пластическая выразительность: умение передавать эмоции и создавать художественный образ через тело;
- творческий подход: способность к импровизации, созданию оригинальных пластических решений;
- эмоционально-волевая сфера: развитие самоконтроля, концентрации, умения работать в коллективе.

Рекомендации педагогам для успешной реализации программы следующие:

- создание междисциплинарных связей: преподаватели разных предметов должны координировать свою работу, чтобы обеспечить единство подходов и последовательность обучения [2];
- использование современных технологий: видеозаписи, аудиоматериалы, онлайн-ресурсы могут обогатить учебный процесс;
- организация мастер-классов и встреч с профессионалами: приглашение хореографов, актёров, скульпторов поможет учащимся увидеть пластическую культуру в практике;
- система мотивации и поддержки: поощрение творческих инициатив, участие в конкурсах и фестивалях стимулируют интерес к обучению [22, 35].

Интеграция образовательной программы воспитания пластической культуры в учебный процесс школы искусств не только развивает технические навыки, но и способствует гармоничному становлению

личности, формированию эстетического вкуса и умения самовыражаться через движение [59, 62].

Диагностику определения уровня сформированности пластической культуры обучающихся можно проводить в форме текущего контроля (педагогическое наблюдение, опрос, беседа, практическое занятие, просмотр работ, репетиции, выступление) и промежуточной аттестации (два раза в год: декабрь, май).

Организация экспериментального исследования образовательной программы воспитания пластической культуры обучающихся на театральном отделении школы искусств требует комплексного подхода, включающего чёткое планирование, выбор методов исследования, разработку программы и оценку результатов. Такая работа может базироваться на теоретических основах театральной педагогики, современных методиках обучения и принципах диагностики образовательных процессов [51].

Цель экспериментального исследования заключается в оценке эффективности программы по формированию пластической культуры, выявлении динамики развития навыков и качеств у обучающихся, а также в определении оптимальных методов и условий обучения.

Экспериментальное исследование позволит не только оценить конкретную программу, но и выявить общие закономерности формирования пластической культуры в условиях школы искусств, что будет полезно для дальнейшего совершенствования образовательных методик.

Экспериментальное исследование обычно включает три этапа:

1. Констатирующий (аналитико-подготовительный). Цель – определить исходный уровень пластической культуры обучающихся, выявить пробелы и потребности в развитии. На этом этапе формулируются критерии оценки, разрабатываются методики диагностики.

2. Формирующий. Цель – реализовать образовательную программу, направленную на развитие пластической культуры. Диагностика здесь носит промежуточный характер: она позволяет отслеживать динамику, корректировать методы обучения и своевременно выявлять трудности.

3. Контрольный (итоговый). Цель – оценить эффективность эксперимента, сравнить начальный и конечный уровни развития пластической культуры, сделать выводы о результативности методики [12].

Мониторинг и диагностика уровня развития пластической культуры обучающихся театрального отделения школы искусств требуют системного подхода, включающего чёткие критерии оценки, методы сбора данных и этапы проведения. Это позволяет отслеживать динамику развития, корректировать учебный процесс и оценивать эффективность экспериментальных методик [72].

Для оценки уровня пластической культуры у обучающихся театрального отделения школы искусств можно использовать комплексный подход, включающий наблюдение, практические задания, контрольные уроки и анализ выполнения упражнений. Критерии оценки могут быть систематизированы в таблице, что позволит объективно фиксировать прогресс и выявлять слабые места.

Методами мониторинга и диагностики являются:

- наблюдение – систематическое наблюдение за занятиями, этюдами, репетициями с фиксацией особенностей движений, осанки, выразительности. Может использоваться специально разработанная карта наблюдения;

- видеоанализ – запись занятий и выступлений для последующего анализа техники, динамики развития, сравнения этапов обучения;

- тестирование – выполнение стандартизированных заданий, например, на координацию, ритмичность, умение интерпретировать музыку через движение;

– экспертные оценки – привлечение специалистов (педагогов, хореографов) для независимой оценки уровня подготовки;

– самооценка и рефлексия – обсуждение с обучающимися их ощущений, прогресса, трудностей. Помогает выявить субъективный опыт и мотивацию;

– контрольные уроки и зачёты – периодические аттестации с оценкой выполнения программ, комбинаций, этюдов. Могут включать открытые показы [53].

Критерии должны отражать ключевые компоненты пластической культуры, например:

– техническое мастерство – точность и конкретность движений, правильное распределение мышечных усилий, ритмичность, музыкальность;

– координация – умение согласовывать движения тела (туловища, головы, рук, ног) в пространстве и времени;

– пластичность и выразительность – способность передавать характер, эмоции и идею через движение, использовать жесты, мимику, позы;

– импровизационные навыки – умение создавать пластические этюды, сочинять движения на заданную тему;

– осознанность движений – понимание логики пластического рисунка, соответствие движений характеру музыки или сценической задачи;

– психофизическое состояние – отсутствие мышечных зажимов, скованности, умение регулировать мышечный тонус [53].

Показатели могут включать амплитуду движений, гармоничность композиции, эмоциональную окраску, логичность построения пластического образа, работу с пространством, музыкальность и ритмичность, эмоциональный контроль, технику выполнения упражнений, творческий подход и др. [48].

Качество подготовки можно оценивать по пятибалльной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Также возможна уровневая оценка (высокий, средний, низкий уровень) на основе суммы баллов по критериям.

Можно выделить уровни сформированности пластической культуры:

- высокий: системность знаний, концептуальность представлений, высокое техническое мастерство, активная позиция в освоении материала;
- средний: осведомлённость о пластической культуре, умение использовать невербальные средства в определённых ситуациях, но отсутствие целостного представления;
- низкий: слабые навыки, непонимание материала, отсутствие динамики в развитии [48].

Рекомендации по оценке уровня пластической культуры у обучающихся театрального отделения школы искусств заключаются в следующем:

- использовать пятибалльную шкалу оценок (5 – «отлично», 4 – «хорошо», 3 – «удовлетворительно», 2 – «неудовлетворительно»);
- проводить методическое обсуждение после контрольных уроков и зачётов, отмечая степень освоения материала, активность, перспективы и темп развития ученика;
- включать в оценку не только технические навыки, но и творческий потенциал, умение анализировать свою работу и работу партнёров;
- адаптировать задания под возраст и уровень подготовки обучающихся, используя игровые методы для младших групп;
- применять видеозапись выступлений для последующего анализа и сравнения результатов [22, 53].

Такой подход позволит системно отслеживать динамику развития пластической культуры и корректировать учебный процесс с учётом индивидуальных особенностей учащихся.

Для определения уровня сформированности пластической культуры в рамках исследования был проведен мониторинг и диагностика уровня развития пластической культуры обучающихся 4в/8 класса отделения «Искусство театра» на разных этапах эксперимента. Диагностика была проведена в декабре 2024 года для определения начального уровня сформированности пластической культуры воспитанников и в мае 2025 года для определения динамики. Определение начального уровня сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса представлено в таблице (Таблица 6).

Таблица 6 – Уровень сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса – декабрь 2024 г.

| №  | Имя          | Компоненты пластической культуры |             |                                |                         |                       |                           | Средний балл |
|----|--------------|----------------------------------|-------------|--------------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------|
|    |              | Техническое мастерство           | Координация | Пластичность и выразительность | Импровизационные навыки | Осознанность движений | Психофизическое состояние |              |
| 1  | Антонина Б.  | 4                                | 5           | 5                              | 4                       | 4                     | 4                         | 4,3          |
| 2  | Богдана К.   | 4                                | 5           | 5                              | 4                       | 4                     | 4                         | 4,3          |
| 3  | Софья М.     | 3                                | 4           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 4  | Анастасия М. | 3                                | 4           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 5  | Злата О.     | 3                                | 4           | 3                              | 3                       | 3                     | 4                         | 3,3          |
| 6  | Мария Г.     | 3                                | 4           | 3                              | 3                       | 3                     | 4                         | 3,3          |
| 7  | Валерия Л.   | 3                                | 3           | 3                              | 3                       | 3                     | 4                         | 3,2          |
| 8  | Дарья Н.     | 3                                | 3           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 3            |
| 9  | София С.     | 4                                | 5           | 5                              | 4                       | 4                     | 3                         | 4,2          |
| 10 | Серафима Х.  | 4                                | 5           | 5                              | 4                       | 4                     | 3                         | 4,2          |
| 11 | Иван Х.      | 4                                | 5           | 3                              | 3                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 12 | Дарья Н.     | 3                                | 4           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 13 | Марат Н.     | 4                                | 5           | 3                              | 3                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 14 | Вадим М.     | 2                                | 4           | 2                              | 2                       | 3                     | 3                         | 2,7          |
| 15 | Виктория К.  | 3                                | 3           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 3,7          |
| 16 | Аделина В.   | 2                                | 2           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 2,7          |
| 17 | Влад С.      | 2                                | 2           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 2,7          |
| 18 | Филипп К.    | 2                                | 2           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 2,7          |

Определение уровня сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса в динамике в мае 2025 представлено в таблице (Таблица 7).

Таблица 7 – Уровень сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса – май 2025 г.

| №  | Имя          | Компоненты пластической культуры |             |                                |                         |                       |                           | Средний балл |
|----|--------------|----------------------------------|-------------|--------------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------|
|    |              | Техническое мастерство           | Координация | Пластичность и выразительность | Импровизационные навыки | Осознанность движений | Психофизическое состояние |              |
| 1  | Антонина Б.  | 5                                | 5           | 5                              | 4                       | 5                     | 5                         | 4,8          |
| 2  | Богдана К.   | 5                                | 5           | 5                              | 5                       | 4                     | 4                         | 4,7          |
| 3  | Софья М.     | 4                                | 4           | 5                              | 4                       | 5                     | 4                         | 4,3          |
| 4  | Анастасия М. | 3                                | 4           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 5  | Злата О.     | 3                                | 4           | 4                              | 3                       | 4                     | 4                         | 3,7          |
| 6  | Мария Г.     | 3                                | 4           | 3                              | 3                       | 3                     | 4                         | 3,3          |
| 7  | Валерия Л.   | 3                                | 4           | 3                              | 3                       | 4                     | 4                         | 3,5          |
| 8  | Дарья Н.     | 3                                | 3           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 3            |
| 9  | София С.     | 4                                | 5           | 5                              | 5                       | 4                     | 4                         | 4,5          |
| 10 | Серафима Х.  | 4                                | 5           | 5                              | 4                       | 4                     | 4                         | 4,3          |
| 11 | Иван Х.      | 4                                | 5           | 3                              | 3                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 12 | Дарья Н.     | 3                                | 4           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 3,8          |
| 13 | Марат Н.     | 4                                | 5           | 3                              | 3                       | 5                     | 5                         | 4,2          |
| 14 | Вадим М.     | 3                                | 4           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 3,2          |
| 15 | Виктория К.  | 4                                | 4           | 4                              | 4                       | 4                     | 4                         | 4            |
| 16 | Аделина В.   | 4                                | 3           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 3,2          |
| 17 | Влад С.      | 3                                | 3           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 3            |
| 18 | Филипп К.    | 3                                | 3           | 3                              | 3                       | 3                     | 3                         | 3            |

Если сравнить оценки по отдельным компонентам пластической культуры и показатели среднего балла каждого учащегося 4в/8 класса в декабре 2024 года и в мае 2025 года, то видно, что почти у всех учеников наблюдается положительная динамика. В течение 2024/25 учебного года у

72% обучающихся повысился средний балл компонентов пластической культуры.

Итак, мы математически доказали рост уровня развития пластической культуры обучающихся 4в/8 класса отделения «Искусство театра».

Таким образом, мы считаем, что процесс воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств будет эффективным, если: программа строится на интеграции элементов хореографии, сценического движения и актёрского мастерства; содержание обучения учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся; используются интерактивные методы и технологии, стимулирующие творческую активность; предусмотрен поэтапный мониторинг сформированности пластических навыков.

### 2.3 Анализ результатов исследования

Настоящее исследование посвящено актуальной проблеме художественного образования: формированию пластической культуры у детей в контексте театрального искусства. В условиях усиления визуальной культуры и потребности в целостном развитии личности освоение пластической выразительности становится значимым компонентом подготовки юных артистов.

В ходе нашего исследования было выявлено, что пластическая культура актёра – это специфическая двигательная деятельность, протекающая во времени в условиях реального сценического пространства по особым эстетическим и биомеханическим законам [51].

Пластическая культура актёра включает в себя следующие компоненты:

– владение психофизическими качествами: актёру необходимо владеть скоростью, гибкостью, координацией, ловкостью, ритмом, реакцией, быстротой ориентировки во времени и пространстве, «взрывностью», даром импровизации;

– чувство композиции, формы, эстетический вкус: эти качества важны при создании пластически выразительного образа;

– мышечную свободу: под ней понимают умение актёра естественно выполнять самые разнообразные движения при решении той или иной творческой задачи;

– умение точно и образно пользоваться контрастными движениями: эта контрастность является ярким выразительным средством при передаче тончайших нюансов внутренней жизни образа [29].

Пластическая культура охватывает более широкий контекст, а пластическая выразительность – более узкое понятие, которое является частью пластической культуры.

Пластическая выразительность – это комплекс специальных навыков и умений артиста, способствующих художественному воплощению образа произведения [33].

Образовательные программы по воспитанию пластической культуры у детей на театральном отделении школы искусств направлены на развитие двигательных навыков, пластической выразительности, чувства ритма и способности использовать тело как средство художественного выражения. Они интегрируют элементы хореографии, сценического движения, ритмопластики и импровизации, формируя у учащихся основы профессионального мастерства [35].

Воспитание пластически развитой и творческой личности, способной использовать тело как инструмент для создания сценического образа является основной целью образовательных программ [35].

Основными направлениями и методами обучения являются: ритмопластика; сценическое движение; пластическая импровизация; работа с этюдами и миниатюрами; использование игровых методов; анализ и самооценка.

Образовательные программы по пластической культуре в театральных отделениях школ искусств сочетают техническую подготовку,

творческое развитие и практическую деятельность, формируя у учащихся основы профессионального мастерства.

Пластическая культура у обучающихся театрального отделения школы искусств – это совокупность знаний, умений и навыков, позволяющих использовать тело как средство выразительности для создания художественного образа на сцене. Она включает физическую подготовку, координацию движений, чувство ритма, умение работать в пространстве и взаимодействовать с партнёрами [39].

В ходе исследования было определено, что критериями сформированности пластической культуры у обучающихся театрального отделения школы искусств являются: владение техникой сценического движения; координация движений; чувство ритма и музыкальность; пластическое воображение и образность; работа в пространстве; взаимодействие с партнёрами; снятие мышечных зажимов и психологическая свобода; эстетический вкус и художественный подход; навыки публичных выступлений; знание терминологии и теории.

Развитие пластической культуры – это комплексный процесс, который требует систематической тренировки, индивидуального подхода и интеграции с другими дисциплинами (актёрским мастерством, ритмикой, хореографией) [21].

Образовательная программа воспитания пластической культуры детей на театральном отделении школы искусств играет ключевую роль в формировании профессиональных навыков, эстетического вкуса и творческой личности. Она направлена на развитие телесной выразительности, координации, музыкальности и артистичности, что является фундаментом для будущей сценической деятельности [22, 52].

Структура и содержание авторской программы включает:

- целевой блок (цели, задачи, ожидаемые результаты);
- содержательный блок (тематические модули, репертуар, формы занятий);

- технологический блок (методы, приёмы, средства обучения);
- оценочно-рефлексивный блок (критерии и инструменты мониторинга).

Для измерения результатов могут быть использованы:

- анкетирование (оценка мотивации, самооценки);
- наблюдение (фиксация динамики пластической выразительности);
- экспертная оценка (анализ этюдов и постановок педагогами хореографами и режиссёрами);
- фото- и видеофиксация (сравнительный анализ движений на разных этапах).

Критериями сформированности пластической культуры являются:

- координация (точность, согласованность движений);
- ритмичность (способность следовать музыкальному или словесному ритму);
- выразительность (эмоциональная насыщенность движения);
- импровизационность (способность к спонтанному творческому действию);
- осмысленность (понимание связи движения с образом и текстом).

В практической части мы провели экспериментальное исследование уровня сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса отделения «Искусство театра».

Математически был доказан рост уровня развития пластической культуры учеников 4в/8 класса. В течение 2024/25 учебного года у 72% обучающихся повысился средний балл компонентов пластической культуры.

Качественные изменения следующие:

- учащиеся стали осознаннее использовать тело как инструмент выразительности;
- возросла способность к эмпатии и «чтению» пластики партнёра;
- улучшилась сценическая свобода и уверенность в себе;

– сформировалось понимание связи движения с драматургией и образом.

Также наблюдаются типичные трудности:

- скованность у детей с низким уровнем телесной осознанности;
- сложность синхронизации движения и речи на начальных этапах;
- необходимость индивидуального подхода к учащимся с разными типами пластической одаренности.

Можно отметить следующие результаты:

1. Эффективность программы подтверждена статистически значимым ростом показателей по всем критериям. Это свидетельствует о правильности выбранных методов и последовательности этапов обучения.

2. Интегративный характер программы (синтез театра, танца, музыки) способствует:

- развитию полихудожественного восприятия;
- формированию целостного артистического мышления;
- преодолению «шаблонности» в движении.

3. Личностный эффект:

- повышение самооценки;
- развитие коммуникативных навыков;
- освоение навыков саморегуляции через движение.

4. Педагогический эффект:

- создание мотивирующей среды для творческого самовыражения;
- формирование у педагогов инструментария для диагностики пластической культуры.

Роль образовательной программы заключается в следующем:

1. Формирование основ актёрского мастерства. Пластическая культура – составная часть профессионального универсализма актёра. Она включает умение организовывать движения для передачи зрителю информации о состоянии и ощущениях персонажа. Дисциплины пластического цикла (сценическое движение, ритмопластика, хореография)

закладывают основы внешней техники, которая необходима для воплощения роли.

2. Развитие психофизического аппарата. Программа включает комплекс упражнений, направленных на тренировку двигательных навыков: конкретности и точности движения, ритмичности, музыкальности, правильного распределения мышечных усилий. Это помогает учащимся научиться контролировать тело, достигать мышечной свободы и пластической выразительности.

3. Преодоление психологических и физических зажимов. Занятия помогают снять излишнее мышечное напряжение, скованность, зажатость, которые часто связаны с психическим торможением. Это критически важно для органичного существования на сцене и в жизни.

4. Развитие воображения и образного мышления. Систематическая тренировка способствует развитию классического воображения, что необходимо для создания художественного образа. Учащиеся учатся воплощать собственные идеи в пластических образах и импровизациях.

5. Подготовка к профессиональному образованию. Для одарённых детей программа становится базой для дальнейшего обучения в вузах и ссузах по театральным направлениям. Она даёт знания в области законов сценического творчества и умение их применять [22, 51, 70].

Значение программы:

- эстетическое развитие – формирует художественный вкус, понимание гармонии движения и пространства, чувство стиля;

- физическое здоровье – укрепляет мышцы, улучшает работу органов дыхания и кровообращения, развивает гибкость, выносливость, координацию;

- эмоционально-волевое развитие – помогает раскрепоститься, развить эмоциональную выразительность, самоконтроль, волю к достижению целей;

– коммуникативные навыки – воспитывает умение взаимодействовать с партнёрами на сцене, работать в коллективе;

– социализация – способствует адаптации в обществе через развитие навыков самовыражения, преодоления стеснительности [22].

Основными задачами программы являются:

– выработка общих и частных двигательных навыков (конкретность, точность, ритмичность, музыкальность);

– умение координировать движения с работой речевого аппарата;

– развитие способности воспринимать музыку, её темп и ритм, передавать это в движении;

– знакомство с исторической стилистикой движения;

– формирование навыков воплощения идей в пластических образах;

– развитие чувства пространства и умения ориентироваться в нём [22, 60].

В ходе обучения используются словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (наблюдение, демонстрация), практические (упражнения, творческие показы) и игровые методы. Важную роль играют теоретические беседы, которые развивают умение логически мыслить и эстетический вкус [53].

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Воспитание пластической культуры – неотъемлемый компонент подготовки юных артистов, влияющий на их художественную выразительность и личностное развитие.

2. Авторская программа доказала свою эффективность благодаря:

– системности (поэтапность, взаимосвязь модулей);

– вариативности (учёт индивидуальных особенностей);

– творческой направленности (импровизация, коллективное творчество).

3. Ключевые факторы успеха:

– профессиональная компетентность педагога;

- создание безопасной творческой среды;
- регулярность и последовательность занятий.

Перспективы развития исследования:

- адаптация программы для разных возрастных групп (дошкольники, подростки);
- разработка цифровых инструментов для диагностики пластической культуры;
- изучение влияния программы на психоэмоциональное состояние учащихся;
- расширение репертуара за счёт интеграции современных танцевальных стилей.

Рекомендации для практики:

- внедрять программу в учебный план театральных отделений ДШИ;
- проводить регулярные мастер-классы для педагогов по методам пластического воспитания;
- использовать видеоанализ для рефлексии учащихся;
- включать родителей в процесс через открытые уроки и совместные постановки.

Программа воспитания пластической культуры на театральном отделении школы искусств – это не просто набор физических упражнений, а комплексный подход к формированию творческой личности. Она объединяет физическое развитие, эстетическое воспитание и подготовку к будущей профессиональной деятельности, закладывая основы для успешного воплощения сценических образов.

Выводы по второй главе:

В ходе нашего исследования была разработана, теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность авторской образовательной программы воспитания пластической культуры детей

театрального отделения школы искусств и разработаны методические рекомендации интеграции программы в учебный процесс школы искусств.

Образовательная программа воспитания пластической культуры детей на театральном отделении школы искусств играет ключевую роль в формировании профессиональных навыков, эстетического вкуса и творческой личности. Она направлена на развитие телесной выразительности, координации, музыкальности и артистичности, что является фундаментом для будущей сценической деятельности.

Рекомендации педагогам для успешной реализации программы следующие:

- создание междисциплинарных связей;
- использование современных технологий;
- организация мастер-классов и встреч с профессионалами;
- система мотивации и поддержки.

Критериями сформированности пластической культуры являются:

- координация (точность, согласованность движений);
- ритмичность (способность следовать музыкальному или словесному ритму);
- выразительность (эмоциональная насыщенность движения);
- импровизационность (способность к спонтанному творческому действию);
- осмысленность (понимание связи движения с образом и текстом).

В практической части мы провели экспериментальное исследование уровня сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса отделения «Искусство театра».

Математически был доказан рост уровня развития пластической культуры учеников 4в/8 класса. В течение 2024/25 учебного года у 72% обучающихся повысился средний балл компонентов пластической культуры.

Качественные изменения следующие:

- учащиеся стали осознаннее использовать тело как инструмент выразительности;
- возросла способность к эмпатии и «чтению» пластики партнёра;
- улучшилась сценическая свобода и уверенность в себе;
- сформировалось понимание связи движения с драматургией и образом.

Также наблюдаются типичные трудности:

- скованность у детей с низким уровнем телесной осознанности;
- сложность синхронизации движения и речи на начальных этапах;
- необходимость индивидуального подхода к учащимся с разными типами пластической одаренности.

Анализ полученных результатов показал, что процесс воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств будет эффективным, если: программа строится на интеграции элементов хореографии, сценического движения и актёрского мастерства; содержание обучения учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся; используются интерактивные методы и технологии, стимулирующие творческую активность; предусмотрен поэтапный мониторинг сформированности пластических навыков.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель нашей работы заключалась в том, чтобы разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность авторской образовательной программы воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств.

В соответствии с темой исследования были выдвинуты следующие задачи:

- проанализировать теоретические основы пластического воспитания в контексте театрального образования;
- определить критерии и уровни сформированности пластической культуры у детей школьного возраста;
- разработать структуру и содержание авторской образовательной программы по воспитанию пластической культуры;
- апробировать программу в условиях театрального отделения школы искусств и оценить её результативность;
- разработать методические рекомендации для педагогов по внедрению программы в образовательный процесс;
- проанализировать результаты исследования.

В соответствии с поставленными задачами и проведенным исследованием мы можем сделать следующие выводы.

Изучением проблем пластического воспитания в театральном образовании занимались как отечественные, так и зарубежные учёные и педагоги, такие как: Э. Жак-Далькроз, И.Э. Кох, Р. Лабан, Л.Ф. Макарьев, О.И. Мартынова, Г. Мацквичюс, В.Э. Мейерхольд, А.Б. Немеровский, В.А. Нижельской, П. Пави, К.С. Станиславский, М.А. Чехов и др.

Проведённый теоретический анализ по данной теме позволил уточнить такие понятия, как: пластическая культура, пластическая выразительность, ритмопластика, сценическое движение, пластическая импровизация.

Поставленные нами задачи были выполнены в ходе исследования в полном объёме и верифицированы.

На основании изученной литературы и практического опыта преподавания хореографии мы можем сделать следующие выводы.

В первой главе исследования «Теоретические основы проектирования образовательной программы по воспитанию пластической культуры у детей театрального отделения школы искусств» были рассмотрены понятие и сущность пластической культуры в контексте театрального образования, специфика образовательных программ по воспитанию пластической культуры у детей театрального отделения школы искусств, критерии и показатели сформированности пластической культуры у обучающихся театрального отделения.

В теоретической части исследования было уточнено, что специфическая двигательная деятельность, протекающая во времени в условиях реального сценического пространства по особым эстетическим и биомеханическим законам, является пластической культурой актёра.

Пластическая культура актёра подразумевает:

- владение психофизическими качествами;
- чувство композиции, формы, эстетический вкус;
- мышечную свободу;
- умение точно и образно пользоваться контрастными движениями.

Пластическая выразительность – это комплекс специальных навыков и умений артиста, способствующих художественному воплощению образа произведения.

Пластическая культура охватывает более широкий контекст, а пластическая выразительность – более узкое понятие, которое является частью пластической культуры.

Образовательные программы по воспитанию пластической культуры у детей на театральном отделении школы искусств направлены на развитие двигательных навыков, пластической выразительности, чувства ритма и

способности использовать тело как средство художественного выражения. Они включают элементы хореографии, сценического движения, ритмопластики и импровизации, формируя у учащихся основы профессионального мастерства.

Основная цель – воспитание пластически развитой и творческой личности, способной использовать тело как инструмент для создания сценического образа.

Основными направлениями и методами обучения являются: ритмопластика; сценическое движение; пластическая импровизация; работа с этюдами и миниатюрами; использование игровых методов; анализ и самооценка.

Образовательные программы по пластической культуре в театральных отделениях школ искусств сочетают техническую подготовку, творческое развитие и практическую деятельность, формируя у учащихся основы профессионального мастерства.

Пластическая культура у обучающихся театрального отделения школы искусств – это совокупность знаний, умений и навыков, позволяющих использовать тело как средство выразительности для создания художественного образа на сцене. Она включает физическую подготовку, координацию движений, чувство ритма, умение работать в пространстве и взаимодействовать с партнёрами.

Критериями сформированности пластической культуры у обучающихся театрального отделения школы искусств являются: владение техникой сценического движения; координация движений; чувство ритма и музыкальность; пластическое воображение и образность; работа в пространстве; взаимодействие с партнёрами; снятие мышечных зажимов и психологическая свобода; эстетический вкус и художественный подход; навыки публичных выступлений; знание терминологии и теории.

Развитие пластической культуры – это комплексный процесс, который требует систематической тренировки, индивидуального подхода и

интеграции с другими дисциплинами (актёрским мастерством, ритмикой, хореографией).

Во второй главе исследования «Методика разработки и внедрения авторской образовательной программы воспитания пластической культуры обучающихся» были рассмотрены особенности структуры и содержания программы по развитию пластической культуры обучающихся на примере Детской школы искусств № 3 города Нижневартовска, технология интеграции программы в учебный процесс школы искусств, и был проведен анализ результатов исследования.

В практической части исследования была разработана, теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность авторской образовательной программы воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств и разработаны методические рекомендации интеграции программы в учебный процесс школы искусств.

Образовательная программа воспитания пластической культуры детей на театральном отделении школы искусств играет ключевую роль в формировании профессиональных навыков, эстетического вкуса и творческой личности. Она направлена на развитие телесной выразительности, координации, музыкальности и артистичности, что является фундаментом для будущей сценической деятельности.

Рекомендации педагогам для успешной реализации программы следующие:

- создание междисциплинарных связей;
- использование современных технологий;
- организация мастер-классов и встреч с профессионалами;
- система мотивации и поддержки.

Критериями сформированности пластической культуры являются:

- координация (точность, согласованность движений);
- ритмичность (способность следовать музыкальному или словесному ритму);

- выразительность (эмоциональная насыщенность движения);
- импровизационность (способность к спонтанному творческому действию);
- осмысленность (понимание связи движения с образом и текстом).

В практической части мы провели экспериментальное исследование уровня сформированности пластической культуры обучающихся 4в/8 класса отделения «Искусство театра».

Математически был доказан рост уровня развития пластической культуры учеников 4в/8 класса. В течение 2024/25 учебного года у 72% обучающихся повысился средний балл компонентов пластической культуры.

Качественные изменения следующие:

- учащиеся стали осознаннее использовать тело как инструмент выразительности;
- возросла способность к эмпатии и «чтению» пластики партнёра;
- улучшилась сценическая свобода и уверенность в себе;
- сформировалось понимание связи движения с драматургией и образом.

Также наблюдаются типичные трудности:

- скованность у детей с низким уровнем телесной осознанности;
- сложность синхронизации движения и речи на начальных этапах;
- необходимость индивидуального подхода к учащимся с разными типами пластической одаренности.

Таким образом, воспитание пластической культуры – неотъемлемый компонент подготовки юных артистов, влияющий на их художественную выразительность и личностное развитие.

Программа воспитания пластической культуры на театральном отделении школы искусств – это не просто набор физических упражнений, а комплексный подход к формированию творческой личности. Она объединяет физическое развитие, эстетическое воспитание и подготовку к

будущей профессиональной деятельности, закладывая основы для успешного воплощения сценических образов.

В эмпирической части нашего исследования был проведён анализ полученных результатов. Диагностика показала, что процесс воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств будет эффективным, если: программа строится на интеграции элементов хореографии, сценического движения и актёрского мастерства; содержание обучения учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся; используются интерактивные методы и технологии, стимулирующие творческую активность; предусмотрен поэтапный мониторинг сформированности пластических навыков.

Базой нашего исследования в течение 2023-25 гг. выступила МАУДО «Детская школа искусств № 3» г. Нижневартовска.

В расширении научных представлений о содержании и структуре пластической культуры детей, а также в уточнении педагогических механизмов её формирования в системе театрального образования заключается теоретическая новизна исследования.

Возможностью внедрения авторской программы в образовательный процесс школ искусств; разработкой диагностического инструментария для мониторинга уровня пластической культуры; созданием методических рекомендаций для педагогов дополнительного образования определяется практическая значимость работы.

Выполнение в ходе нашего исследования поставленных задач позволило грамотно структурировать и доказать выдвинутую ранее гипотезу, которая заключалась в предположении о том, что процесс воспитания пластической культуры детей театрального отделения школы искусств будет эффективным, если: программа строится на интеграции элементов хореографии, сценического движения и актёрского мастерства; содержание обучения учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся; используются интерактивные методы и технологии,

стимулирующие творческую активность; предусмотрен поэтапный мониторинг сформированности пластических навыков.

Таким образом, цель достигнута, задачи решены, гипотеза подтверждена.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : Учеб. пособие для студентов вузов / Г.С. Абрамова. – Москва : Изд. центр «Академия» : Раритет, 1997. – 702 с. – ISBN 5-7695-0070-0 (В пер.) : Б. ц.
2. Алексеева С. О. Педагогические условия, обеспечивающие успешное внедрение интеграции рисунка, скульптуры и пластической анатомии в систему высшего художественно-педагогического образования / С.О. Алексеева, Н.Г. Алексеева, И.А. Башкатов // Международный научно-исследовательский журнал. – 2017. – № 12 (66). – С. 78–80.
3. Базарова Н. П. Азбука классического танца : первые три года обучения / Н.П. Базарова, В.П. Мей. – 5-е изд., стер. – Санкт-Петербург [и др.] : Лань : Планета музыки, 2010. – 239 с. – ISBN 978-5-8114-0658-6.
4. Батюта Е. А. Методическая разработка «Диагностика и формы мониторинга качества обучения в детских школах искусств». – URL: <https://nsportal.ru/kultura/muzykalnoe-iskusstvo/library/2024/10/15> (дата обращения: 03.12.2025).
5. Бахрушин Ю. А. История русского балета : [Учеб. пособие для хореогр. и культ.-просвет. училищ] / М-во культуры РСФСР. Глав. упр. учеб. заведений и кадров. – Москва : Сов. Россия, 1965. – 249 с.
6. Блок Л. Д. Классический танец. История и современность : [Сборник] / Л.Д. Блок; [Вступ. ст. В. Гаевского, с. 7-22; Гос. центр. театр. музей им. А.А. Бахрушина]. – Москва : Искусство, 1987. – 556 с. – ISBN (В пер.) (В пер.) : 2 р. 80 к.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца : учебник для высших и средних учебных заведений искусства и культуры / А.Я. Ваганова. – Изд. 9-е, стер. – Санкт-Петербург [и др.] : Лань : Планета музыки, 2007. – 192 с. – ISBN 978-5-8114-0223-6.
8. Валукин Е. П. Система мужского классического танца / Е.П. Валукин. – Москва : ГИТИС, 1999. – 456 с. – ISBN 5-7196-0223-2.

9. Васильева Е. Д. Основы актерского мастерства. – М.: Просвещение, 2010. – 237 с.
10. Васильева Т. И. Тем, кто хочет учиться балету. – М.: ГИТИС, 1994. – 160 с.
11. Вербицкая А. В. Основы сценического движения : (Раздел общеразвивающих и коррегирующих упражнений). Учеб. пособие для студентов театр. ин-тов / А.В. Вербицкая. – М. : ГИТИС. Ч. 2. – Москва : ГИТИС, 1983. – 52 с.
12. Галиева Г. А. Экспериментальная работа по развитию творческих способностей средствами театрально-игровой деятельности. – URL: <https://infourok.ru/eksperimentalnaya-rabota-2145764.html> (дата обращения: 03.12.2025).
13. Гергель Т. Г. Дополнительная общеразвивающая программа в области театрального искусства «Искусство театра» примерная программа по учебному предмету Пластический театр. – URL: <https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obsherazv-programma-7001448.html> (дата обращения: 22.11.2025).
14. Гололысова М. Ю. Программа учебного предмета «Пластика актера». – URL: <https://nadezhda.arts.mos.ru/upload-local/obrazovatelnye-programmy-dshi-nadezhda/2019-20.pdf> (дата обращения: 23.11.2025).
15. Голубовский Б. Г. Пластика в искусстве актера / Б. Голубовский. – Москва : Искусство, 1986. – 188 с.
16. Гринер В. А. Ритм в искусстве актера : Метод. пособие для театр. и культ-просвет. училищ. – Москва : Просвещение, 1966. – 154 с.
17. Громов Ю. И. Воспитание пластической культуры актера средствами танца. Учебное пособие по курсам «Основы режиссуры и актерского мастерства» и «Хореографическое искусство». – ПРОФИЗДАТ, 1971. – 25 с.
18. Давлетханова Н. Х. Развитие хореографических навыков у детей младшего школьного возраста. – URL: <https://юбилейный->

nn.pф/images/Методическая\_разработка.pdf (дата обращения: 23.11.2025).

19. Даровских Е. М. Методика работы режиссёра-педагога по освоению театральным коллективом пластической выразительности. – URL: <https://kdtsh.perm.muzkult.ru/media/2018/08/22.pdf> (дата обращения: 23.11.2025).

20. Догудовский Д. В. Анализ методик применения пластических театральных техник на уроках актерского мастерства / Д.В. Догудовский, А.А. Алфёров. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-metodik-primeneniya-plasticheskikh-teatralnyh> (дата обращения: 22.11.2025).

21. Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области театрального искусства «Искусство театра». – URL: [https://dar.arts.mos.ru/education\\_activities/teatralnoe-iskusstvo.pdf](https://dar.arts.mos.ru/education_activities/teatralnoe-iskusstvo.pdf) (дата обращения: 22.11.2025).

22. Ермолаева Н. В. Дополнительная общеразвивающая программа «Театр юных москвичей. Пластическое развитие». – URL: [https://vg.mskobr.ru/files/attach\\_files/Пластическое%20развитие.pdf](https://vg.mskobr.ru/files/attach_files/Пластическое%20развитие.pdf) (дата обращения: 03.12.2025).

23. Закиров А. З. Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы : учебно-методическое пособие / А. Закиров. – Москва : ВГУК им. С.А. Герасимова, 2009. – 73 с.

24. Захава Б. Е. Мастерство актера и режиссера : учебное пособие : [12+] / Б.Е. Захава ; под общ. ред. П.Е. Любимцева. – Изд. 6-е, стер. – Москва [и др.] : Лань : Планета музыки, 2013. – 431 с. – ISBN 978-5-91938-108-2.

25. Захаров Р. В. Слово о танце / Ростислав Захаров. – Москва : Мол. гвардия, 1977. – 159 с.

26. Захарова В. М. Учет возрастных особенностей ребенка в процессе занятий хореографией / В.М. Захарова, В.А. Есина. – URL: <https://scienceforum.ru/2023/article/2018033535> (дата обращения: 23.11.2025).

27. Збруева Н. П. Ритмическое воспитание актера : Метод. пособие / Н. Збруева. – Москва : Всерос. центр художеств. творчества учащихся и

работников нач. проф. образования, [2003?]. – 143 с.

28. Звездочкин В. А. Классический танец : учебное пособие / В.А. Звездочкин. – Изд. 3-е , испр. – Санкт-Петербург [и др.] : Планета музыки : Лань, 2011 (Архангельск : ИПП Правда Севера). – 392 с. – ISBN 978-5-8114-1081-1 (Лань).

29. Калинин И. В. Пластическая выразительность актёра: методическое пособие / И.В. Калинин. – Издательство СКДНТ, 2016. – 56 с.

30. Карпов Н. В. Уроки сценического движения : Николай Карпов. – Москва : ГИТИС, 1999. – 179 с. – ISBN 5-7196-0295-X.

31. Клыкова Л. А. Композиция танца: учебно-методическое пособие по курсу «Мастерство хореографа» / Л.А. Клыкова; Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – [Челябинск] : Южно-Уральский научный центр РАО, 2022. – 50 с. – ISBN 978-5-907538-82-5.

32. Клыкова Л. А. Развитие художественно-эстетической компетенции студентов хореографических специальностей : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.08 / Клыкова Людмила Алексеевна; [Место защиты: ГОУВПО «Южно-Уральский государственный университет»]. – Челябинск, 2009. – 212 с.

33. Козлов Н. И. Пластическая культура в создании художественного образа вокального произведения на современной эстраде : диссертация ... кандидата искусствоведения : 17.00.09 / Козлов Николай Иванович; [Место защиты: С.-Петерб. гуманитар. ун-т профсоюзов]. – Санкт-Петербург, 2013. – 203 с.

34. Коленова В. В. Основы актёрского мастерства : учебно-практическое пособие / В.В. Коленова ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых». – Владимир : ВлГУ,

2018. – 71 с. – ISBN 978-5-9984-0859-5 : 50 экз.

35. Копылова Е. Е. ДООП «Современная пластика в театральном творчестве» : учебно-методический материал (7 класс). – URL: <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/> (дата обращения: 22.11.2025).

36. Костровицкая В. С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс) : учебное пособие / В.С. Костровицкая. – Изд. 3-е, испр. – Санкт-Петербург [и др.] : Лань : Планета музыки, 2009. – 319 с. – ISBN 978-5-8114-0998-3.

37. Кох И. Э. Основы сценического движения : учебник / И.Э. Кох. – Изд. 2-е, испр. – Санкт-Петербург [и др.] : Планета музыки : Лань, сор. 2010. – 509 с. – ISBN 978-5-8114-0954-9.

38. Кох И. Э. Основы сценического движения. – Ленинград : Искусство. Ленингр. отд-ние, 1970. – 566 с.

39. Крылова А. А. Методическая разработка по сценическому движению: «Развитие пластической выразительности у детей от 10 лет с акцентом на баланс и работу в пространстве с элементами актерского тренинга». – URL: <https://nsportal.ru/kultura/teatralnoe-iskusstvo/library/2025/01/27/metodicheskaya-razrabotka> (дата обращения: 22.11.2025).

40. Левадная А. В. Диагностика обучающихся по программе «Основы актерского мастерства». – URL: <https://nsportal.ru/kultura/teatralnoe-iskusstvo/library/2015/10/22/> (дата обращения: 03.12.2025).

41. Лопухов Ф. В. Шестьдесят лет в балете : Воспоминания и записки балетмейстера / [Лит. ред. и вступ. статья, с. 5-64, Ю. Слонимского]. – [Москва] : [Искусство], [1966]. – 367 с.

42. Мейерхольд В. Э. Статьи. Письма. Речи. Беседы / [Сост., ред. текстов и коммент. А.В. Февральского] ; [Общ. ред. и вступ. статья, с. 3-57, Б.И. Росточкого]. – Москва : Искусство, 1968. – 2 т.

43. Мир детства : Мл. школьник / [Л.И. Айдарова, М.В. Антропова, К.В. Бардин и др.; Редкол.: А.Г. Хрипкова (гл. ред.) и др.]. – 2-е изд., доп. – Москва : Педагогика, 1988. – 270 с. – ISBN 5-7155-0082-6 (В пер.) : 3 р. 20 к.
44. Михайлова А. М. Пластическое воспитание творческой личности и актера. – URL: <https://licey27.ru/novosti/statya-plasticheskoe-vospitanie-tvorcheskoy-lichnosti-i-aktera> (дата обращения: 22.11.2025).
45. Морозова Г. В. Пластическая культура актера = An actor's plastic culture : An actor's plastic culture = La culture plastique de l'acteur = Plastisches Schauspiel : Толковый слов. терминов / Г.В. Морозова; [Пер. англ. У. Пис, Н. Федорова, фр. О. Косова, С. Массон, нем. Т. Шмидт, А. Ураев]. – Москва : ГИТИС, 1999. – 313 с. – ISBN 5-7196-0224-0.
46. Морозова Г. В. Пластическое воспитание актера. – М.: Терра-Спорт, 1998. – 240 с. – ISBN: 5-93127-005-1.
47. Морозова Г. В. Сценический бой : Фехтование и пласт. трюки в спектакле. – [2-е изд.]. – Москва : Искусство, 1975. – 143 с.
48. Мостовая Т. Н. Теоретическое обоснование создания методики формирования пластической выразительности / Т.Н. Мостовая, И.В. Маков, В.В. Донцов. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskoe-obosnovanie-sozdaniya-metodiki-formirovaniya-plasticheskoy-vyrazitel> (дата обращения: 03.12.2025).
49. Мухина В. С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество : учеб. для студентов / В. С. Мухина. – М. : Академия, 2004 (ГУП Сарат. полигр. комб.). – 452 с. – ISBN 5-7695-0408-0.
50. Немеровский А. Б. Пластическая выразительность актера : [Учеб. пособие для театр. вузов] / А. Немеровский. – Москва : Искусство, 1976. – 127 с.
51. Нижельской В. А. Педагогические особенности формирования пластической культуры драматического актёра : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.08 / Нижельской Виктор Александрович; [Место защиты: Институт художественного образования и

культурологии Российской академии образования]. – Москва, 2020. – 26 с.

52. Образовательная программа отделения «Театральное творчество» МБУ ДО «ДШИ с. Троицкое» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в области театрального искусства. – URL: <https://dmshtroitskoe.sakhalin.gov.ru/wp-content/uploads/2023/12/OP-teatralnoe-tvorchestvo-2020-2021.pdf> (дата обращения: 03.12.2025).

53. Общеразвивающая общеобразовательная программа в области театрального искусства. Учебный предмет «Сценическая пластика». – URL: <http://lira.smr.muzkult.ru/media/2021/05/25/Scenicheskaya.pdf> (дата обращения: 23.11.2025).

54. Основы сценического движения : [Пособие для культ.-просвет. и театр. училищ] / Под ред. И.Э. Коха. – Москва : Просвещение, 1976. – 222 с.

55. Панфилова Н. В. Театральное искусство и обучение искусству театра / Н.В. Панфилова, А.Н. Хализев. – М.: Владос, 1997. – 273 с.

56. Пластическое воспитание актера : сборник методических рекомендаций по дисциплинам кафедры пластического воспитания Саратовского театрального института для специальности 070301 «Актерское искусство» / М-во культуры РФ, Саратовская гос. консерватория (акад.) им. Л.В. Собинова, Театральный ин-т. – Саратов : Саратовская гос. консерватория (акад.) им. Л.В. Собинова, 2013-. Вып. 1. – 2013. – 111 с. – ISBN 978-5-94841-155-2.

57. Прибылов Г. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов / Г. Прибылов. – М.: Театралис, 2014. – 320 с.

58. Психолого-педагогические аспекты работы с детьми и подростками в хореографическом коллективе. – URL: <https://infourok.ru/psihologopedagogicheskie-aspekti> (дата обращения: 07.12.2025).

59. Радченко И. В. Педагогические аспекты формирования

пластической культуры подростков. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-aspekty-formirovaniya> (дата обращения: 23.11.2025).

60. Развитие пластической свободы младших школьников на уроках актерского мастерства в детской школе искусств. – URL: [https://dshivp.ekb.muzkult.ru/media/2022/11/27/Stepanyuk\\_A.V.\\_Metodich.pdf](https://dshivp.ekb.muzkult.ru/media/2022/11/27/Stepanyuk_A.V._Metodich.pdf) (дата обращения: 22.11.2025).

61. Решетникова Н. Ю. Развитие музыкальных и творческих способностей детей дошкольного возраста в театрально-игровой деятельности. Опыт работы. 2012. – URL: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalnoritmicheskoe-zanyatie/2012/05/26/razvitie-muzykalnykh> (дата обращения: 27.11.2025).

62. Розин В. М. Пластическая культура: подход к изучению и основные характеристики / В.М. Розин // Культура и искусство. – 2022. – № 11. – С. 30–41. – DOI: 10.7256/2454-0625.2022.11.38985. EDN: OEXUYC. – URL: [https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=38985](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=38985) (дата обращения: 23.11.2025).

63. Сабынина И. А. Искусство театра как важнейший фактор в формировании духовно-нравственного развития детей в системе ДШИ. – URL: <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/225656-iskusstvo-teatra-kak-vazhnejshij-faktor-v-for> (дата обращения: 02.12.2025).

64. Саватеева А. С. Конспект мастер-класс «Пластическая выразительность юного актера» для учащихся театральных студий. – URL: <https://infourok.ru/konspekt-master-klass-plasticheskaya-vyrazitel.html> (дата обращения: 22.11.2025).

65. Савина Н. Л. Театр как искусство воспитания гармоничного человека. – URL: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/teatr-kak-iskusstvo-vospitaniya-garmonic.12181435822/> (дата обращения: 02.12.2025).

66. Станиславский К. С. Работа актера над собой / К.С. Станиславский. О технике актера / М.А. Чехов ; Союз театр. деятелей Рос.

Федерации. – Москва : Артист. Режиссер. Театр, 2003. – 488 с. – ISBN 5-87334-047-1.

67. Станиславский К. С. Этика / К.С. Станиславский. – Москва : Музей Моск. орденов Ленина и Труд. красного знамени Худож. акад. театра СССР им. Горького, 1947. – 48 с.

68. Тарасов Н. И. Классический танец : шк. муж. исполнительства / Н.И. Тарасов. – Изд. 3-е. – СПб. [и др.] : Лань, 2005. – 492 с. – ISBN 5-8114-0591-X : 2000.

69. Театральное образование и воспитание детей и подростков. – URL: <https://astrcolcult.ru/wp-content/uploads/2022/02/Тема-22.pdf> (дата обращения: 23.11.2025).

70. Торгашов В. Н. Дефицит пластической культуры актера проблема современного актерского образования / В.Н. Торгашов // Ученые записки Орловского государственного университета. – 2013. – № 4 (54). – С. 387–390.

71. Уральская В. И. Природа танца / В.И. Уральская. – Москва : Сов. Россия, 1981. – 110 с.

72. Филимонова Е. Ю. Пластическая культура педагога. – URL: <https://rodnik.centerstart.ru/sites/files/2024.pdf> (дата обращения: 03.12.2025).

73. Чекетти Г. Полный курс классического танца : школа Энрике Чекетти / Грациозо Чекетти ; под ред. Флавии Паппасены ; [пер. с ит. Е. Лысовой]. – Москва : АСТ : Астрель, 2010. – 503 с. – ISBN 978-5-17-064193-2.

74. Чехов М. А. О технике актера / Михаил Чехов ; рисунки Н.В. Ремизова. – [Б. м.] : [б. и.], сор. 1946. – 235 с.

75. Чурашов А. Г. Мультимодальные технологии в структуре арт-педагогики / А.Г. Чурашов. – Челябинск : Южно-Уральский научный центр РАО, 2022. – 236 с. – ISBN 978-5-907538-56-6. – EDN DSCOVA.

76. Чурашов А. Г. Художественно-эстетическое развитие детей

старшего дошкольного возраста в дополнительном образовании средствами хореографии : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.02 / Чурашов Андрей Геннадьевич; [Место защиты: Челяб. гос. пед. ун-т]. – Челябинск, 2013. – 27 с.

77. Шишкина В. А. Движение+движения : Кн. для воспитателя дет. сада / В.А. Шишкина. – Москва : Просвещение, 1992. – 93 с. – ISBN 5-09-004058-3 : 40 к.

78. Юнусова Е. Б. Становление хореографических умений у детей старшего дошкольного возраста в дополнительном образовании : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.02 / Юнусова Елена Борисовна; [Место защиты: Челяб. гос. пед. ун-т]. – Челябинск, 2011. – 26 с.

79. Юнусова Е. Б. Технология обучения в сотрудничестве как условие формирования хореографических компетенций воспитанников творческих коллективов в дополнительном образовании / Юнусова Е.Б. // сборник статей XVI Международной научно-практической конференции (г. Челябинск, 19-20 апреля 2018 г.). – Челябинск: Изд-во ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2018. – Ч. 2. – С. 353.