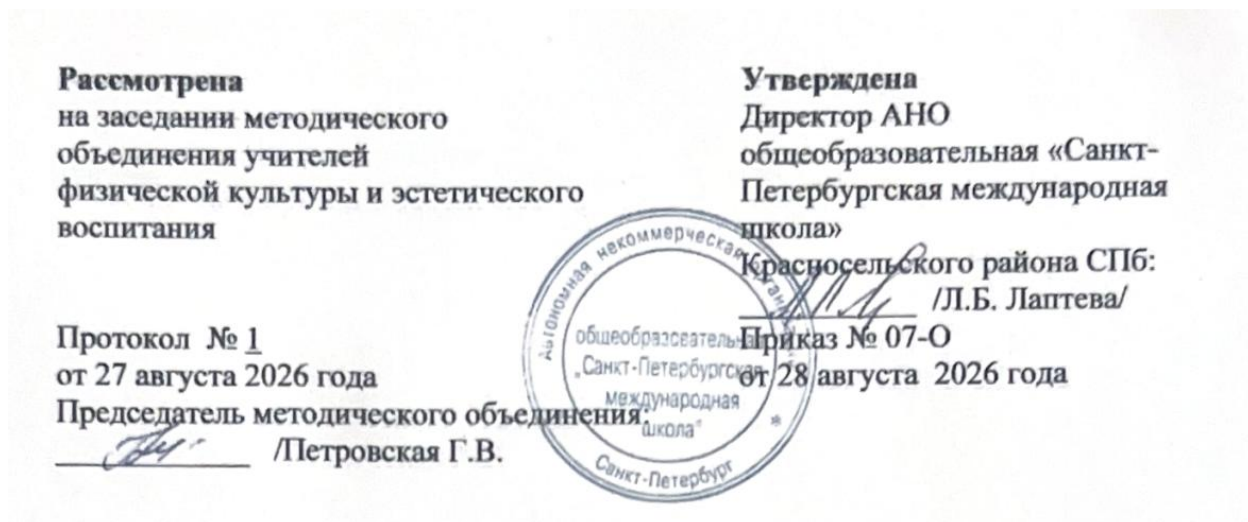


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Совет учредителей

АНО «Санкт-Петербургская международная школа» (АНО «СПбМШ»)



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Актёрское мастерство»

(базовый уровень)

Адресат программы: обучающиеся 15-17 лет

Срок реализации программы: 2 года

Общий объём программы: 68 часов

Составитель:
Дулова Анна Игоревна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации / контроля
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Рабочая программа воспитания
- 2.7. Список литературы

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: художественная.

Уровень программы: базовый.

Нормативно-правовые основания разработки программы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 1 июля 2025 г. № 1745-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации II этапа Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21»;
10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242, с изменениями от 30 сентября 2020 г.);
11. Устав АНО общеобразовательная «Санкт-Петербургская международная школа».

Актуальность программы

Актуальность программы определяется необходимостью успешной социализации старшеклассников в современном обществе, повышения уровня их общей культуры, эрудиции и стрессоустойчивости в период подготовки к экзаменам и выбора будущей профессии. Театрализованная деятельность становится способом развития творческих способностей, самовыражения и самореализации личности, способной понимать общечеловеческие ценности, а также средством снятия психологического напряжения, сохранения эмоционального здоровья школьников. Сочетая возможности нескольких видов искусств (музыки, живописи, литературы и актёрской игры), театр обладает

огромной силой воздействия на духовно-нравственный мир молодого человека, пробуждает способность к состраданию и сопереживанию, активизирует мышление и познавательный интерес.

Современное общество требует от человека основных базовых навыков в любой профессиональной деятельности — эмоциональная грамотность, управление вниманием, способность работать в условиях кросскультурности, публичные выступления, творчество и креативность, способность к (само)обучению и др. Актёрское мастерство как учебная дисциплина формирует именно эти сквозные компетенции, важные для выпускника школы независимо от выбранной профессии.

Отличительные особенности программы

Программа является продолжением линейки театральных программ автора для разных возрастных групп и адресована обучающимся старшего школьного возраста. В отличие от программ для начальной школы, ориентированных на игровые формы работы, данная программа строится на изучении элементов профессиональной актёрской техники (по системе К.С. Станиславского, Е.Б. Вахтангова, М.А. Чехова), самостоятельном анализе роли и подготовке к осознанному профессиональному выбору.

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся 15-17 лет, обучающихся на уровне среднего общего образования, без предъявления требований к предварительной подготовке.

Объём и срок освоения программы

Срок реализации программы — 2 года. Общий объём программы — 68 часов (34 часа в год).

Режим занятий, периодичность и продолжительность

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу (40-45 минут) с перерывом, рекомендованным СанПиН 1.2.3685-21.

Форма обучения

Форма обучения — очная (ФЗ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», гл. 2, ст. 17).

Особенности организации образовательного процесса

Состав группы — постоянный, набор — свободный. Количество обучающихся в группе: 8-16 человек. Занятия групповые, с элементами индивидуальной работы.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: помочь старшеклассникам в сложный период подготовки к самостоятельной жизни чувствовать себя свободно и уверенно, гармонично развивая личность, а также создать основу для успешной социализации в обществе, публичных выступлений и дальнейших занятий творчеством.

Задачи программы:

Обучающие:

- совершенствовать навыки речевой и дыхательной техники, работы с голосом;

- познакомить с профессиональным языком театрального искусства и основами актёрской техники (по системе К.С. Станиславского, Е.Б. Вахтангова);
- познакомить с основами режиссёрского анализа и работы над ролью;
- дать знания об основах самоорганизации, самодисциплины и работы в творческом коллективе;
- сформировать представление о профессиях театральной и киноиндустрии.

Развивающие:

- развивать зрительное и слуховое внимание, память, наблюдательность, фантазию, воображение, образное и критическое мышление;
- развивать эмоциональный интеллект и способность к эмпатии в общении с партнёром;
- формировать навыки публичного выступления и уверенного поведения перед аудиторией;
- способствовать развитию культуры речи и навыков аргументированной дискуссии.

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение между членами коллектива, чувство ответственности за общее дело;
- воспитывать культуру поведения в театре и на сцене;
- формировать потребность в творческом самовыражении и осознанном выборе выразительных средств при создании художественного образа;
- содействовать формированию эстетического восприятия, художественного вкуса и гражданской позиции;
- содействовать формированию личностных качеств: самостоятельности, уверенности в себе, толерантности, стрессоустойчивости.

Образовательный процесс выстраивается с учётом психофизических и возрастных особенностей обучающихся.

Возрастные и психофизические особенности обучающихся

Старший школьный возраст (15-17 лет)

Старший школьный возраст — период ранней юности, когда завершается физическое созревание и происходит активное становление личности. Ведущей деятельностью становится учебно-профессиональная: старшеклассник ищет ответ на вопрос «кем быть», формирует профессиональные и жизненные планы. Ключевым новообразованием этого возраста является личностное и профессиональное самоопределение, а также формирование устойчивого мировоззрения и системы ценностей.

В этом возрасте резко возрастает интерес к собственной личности, к своему внутреннему миру, рефлексии. Старшеклассники стремятся к самостоятельности, независимости от взрослых, при этом остро нуждаются в признании и поддержке значимого взрослого — наставника, а не контролёра. Общение со сверстниками приобретает избирательный, доверительный характер, важную роль играет референтная группа.

Подростки этого возраста подвержены сильным эмоциональным переживаниям, связанным с учебной нагрузкой (подготовка к ОГЭ/ЕГЭ), первыми серьёзными

отношениями, тревогой по поводу будущего. Актёрский тренинг и работа с телом, голосом и эмоциями помогают снять избыточное психологическое напряжение, дают безопасное пространство для проживания сложных чувств через игру и творческую деятельность. Практика актёрского мастерства формирует у старшеклассников уверенность в себе, навыки публичных выступлений, устойчивость к стрессу, а также развивает эмпатию и умение работать в команде — качества, необходимые как в дальнейшей учёбе, так и в профессиональной деятельности.

1.3. Содержание программы

Учебный план

Таблица 1

№	Название раздела/темы	В се го	Теория / Практика	Формы аттестации/контроля
1	Знакомство и основы актёрского тренинга	4	1 / 3	Текущий контроль
2	Элементы актёрской техники (внимание, воображение, память)	8	2 / 6	Текущий контроль
3	Сценическая речь и работа с голосом	8	2 / 6	Текущий контроль
4	Сценическое движение и пластика	6	1 / 5	Текущий контроль
5	Предлагаемые обстоятельства и работа с этюдом	10	2 / 8	Показ этюдов
6	Беседы о театре и профессии актёра	4	3 / 1	Квизы, экскурсии
7	Анализ роли и работа над отрывком	8	2 / 6	Текущий контроль
8	Творческий проект	12	1 / 11	Текущий контроль
9	Аттестация (итоговая и промежуточная)	8	- / 8	Открытое занятие, творческий отчёт
	Итого:	68	14 / 54	

Примечание: количество часов учебного плана представлено из расчёта на 1 учебную группу, 1 час в неделю, 34 учебные недели в год.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Знакомство и основы актёрского тренинга

(Раздел для всех уровней подготовки обучающихся)

Знакомство с обучающимися. Ознакомление с режимом занятий, правилами поведения на занятиях и Программой. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Цель этапа для педагога — выявление психофизических особенностей обучающихся, их интересов, мотивации к участию в занятиях, чтобы наиболее эффективно выстроить дальнейшую работу с ними.

Изучаем:

- правильная техника дыхания и голосообразования;
- снятие мышечных зажимов, работа с телом;
- круги внимания и способы концентрации;
- принципы работы в творческом коллективе.

Практика: упражнения на знакомство и раскрепощение в коллективе, тренинги на выявление психофизических особенностей, дыхательные и артикуляционные упражнения, упражнения на коллективную согласованность действий, работа над сценической пластикой и жестом.

Раздел 2. Элементы актёрской техники (внимание, воображение, память)

Изучение базовых элементов системы К.С. Станиславского: внимание, воображение и фантазия, мышечная свобода, эмоциональная память. Упражнения на развитие произвольного внимания, работу с воображаемыми предметами, тренировку эмоциональной памяти и осознанное управление эмоциями.

Практика: этюды на зону молчания, на рождение слова; упражнения «Круги внимания», «Слышать одного», действия с воображаемыми предметами; элементы работы по методикам М.А. Чехова и Демидова.

Раздел 3. Сценическая речь и работа с голосом

Совершенствование техники дыхания, артикуляции и голосообразования. Работа с резонаторами, дикционные упражнения, скороговорки повышенной сложности, работа с текстом: логический анализ, знаки препинания, логические ударения, подтекст.

Практика: голосовой тренинг, чтение прозы и поэзии, монологи, участие в играх на выразительность и громкость голоса, работа над публичным выступлением.

Раздел 4. Сценическое движение и пластика

Развитие пластической выразительности тела, координации, равновесия. Основы сценического боя и падений (ознакомительно, с соблюдением техники безопасности), работа над жестом и мизансценой.

Раздел 5. Предлагаемые обстоятельства и работа с этюдом

Понятие предлагаемых обстоятельств и сценического действия. Работа над этюдом: от идеи к воплощению, от наблюдения к обобщению. Анализ структуры этюда: событие, конфликт, действие персонажа.

Практика: создание и показ индивидуальных и групповых этюдов, обсуждение и разбор показанных работ.

Раздел 6. Беседы о театре и профессии актёра

Теоретическая часть занятий включает разговор о структуре театра и его истории, о профессии актёра и режиссёра, об особенностях обучения в театральных и

кинематографических вузах, о современном театральном и киноискусстве. Просмотр и обсуждение спектаклей и фильмов.

В качестве практики возможна организация экскурсии в театр, встреча с практикующими актёрами, посещение театрального института в рамках Дня открытых дверей.

Раздел 7. Анализ роли и работа над отрывком

Работа с драматургическим материалом: разбор текста, определение сверхзадачи и сквозного действия персонажа, поиск выразительных средств для воплощения образа.

Работа над отрывком из пьесы или сценарием — индивидуально и в паре/группе.

Литературный материал выбирается исходя из интересов и уровня подготовки учащихся, может включать классическую и современную драматургию, кинодиалоги, поэзию.

Раздел 8. Творческий проект

К этому моменту педагог уже хорошо знает каждого учащегося, его сильные стороны, интересы и трудности. Необходимо выявить, в чём именно обучающийся сможет по-настоящему выразиться, раскрыться и вырасти, и поддержать его в этом. В этом смысл задания «Творческий проект».

Это может быть авторский монолог, отрывок из спектакля или фильма, музыкально-пластическая композиция, самостоятельно поставленный небольшой перформанс. Работа над творческим проектом происходит в формате показов на остальную группу, что помогает старшеклассникам преодолевать сценическое волнение и привыкать к публичным выступлениям.

Раздел 9. Аттестация (итоговая и промежуточная)

Промежуточная аттестация — открытое занятие, на которое приглашаются родители учащихся и педагогический состав. Присутствие значимых взрослых важно для повышения мотивации и уверенности старшеклассников в своих силах.

Итоговая аттестация — демонстрация достижений за прошедший год в формате творческого отчёта. Может включать элементы тренингов, самые яркие работы и проявления учащихся, творческие проекты, отрывки и монологи по желанию обучающихся.

Важно не выставлять отметки по результатам этого отчёта, а сделать упор на конструктивную обратную связь и мотивацию к дальнейшему развитию.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты

По итогам освоения программы обучающиеся будут

знать:

- особенности театра как вида искусства, основные направления и жанры;
- основы системы К.С. Станиславского и элементы актёрской техники (внимание, воображение, мышечная свобода, предлагаемые обстоятельства, оценка факта, сценическое общение);
- теоретические основы сценической речи, дыхания и пластики;

- принципы анализа драматургического материала и работы над ролью;
- основы режиссёрского замысла и построения этюда/сцены.

уметь:

- ориентироваться в сценическом пространстве и выстраивать сценическое взаимодействие с партнёром;
- произвольно удерживать и переключать внимание, работать с воображаемыми предметами и обстоятельствами;
- анализировать текст роли, формулировать сверхзадачу и действие персонажа;
- создавать художественный образ с помощью вербальных и невербальных выразительных средств;
- выступать перед аудиторией, справляясь с волнением и удерживая внимание зрителя.

Личностные результаты

- умение слаженно работать в коллективе, оценивать собственные возможности и результаты своей работы;
- приобретение навыков осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- способность к рефлексии и объективному анализу своей работы и работы товарищей;
- готовность вести диалог с другими людьми и достигать взаимопонимания, проявлять эмпатию;
- формирование ценностно-смысловых, общекультурных, коммуникативных и социально-трудовых компетенций, значимых для профессионального самоопределения.

Метапредметные результаты

- приобретение навыков самоконтроля и самооценки в условиях стресса (в том числе экзаменационного);
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками, работать индивидуально и в группе;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение в публичной дискуссии.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Начало учебного периода: 1 сентября. Окончание учебного периода: 31 мая.

Количество учебных недель в год: 34. Количество учебных дней (занятий) в год: 34.

Каникулы устанавливаются в соответствии с календарным учебным графиком образовательной организации на текущий учебный год.

Промежуточная аттестация проводится в период с 1 по 30 декабря, итоговая аттестация — в период с 1 по 31 мая.

Подробный календарный учебный график с указанием тем и дат занятий оформляется ежегодно как приложение к настоящей программе.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

В соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 (СП 2.4.3648-20) и постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 (СанПиН 1.2.3685-21) для реализации Программы используются:

- сцена, оборудованная осветительными приборами;
- проветриваемый зал для проведения разминки, актёрского тренинга;
- стулья для детей и зрителей согласно СанПиН 1.2.3685-21;
- ноутбук и мультимедийная аппаратура, экран;
- аудиосистема для воспроизведения музыки;
- усилители звука;
- костюмерная для хранения костюмов, декораций, реквизита;
- фото- и видеоаппаратура;
- элементы театральных (сценических) костюмов;
- предметы мелкого реквизита для этюдов.

Расходные материалы (в расчёте на одного обучающегося):

Таблица 2

Наименование расходного материала	Количество
Бумага А4	1 упаковка
Ручка шариковая	1 шт.

Кадровое обеспечение программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

2.3. Формы аттестации / контроля

Реализация Программы «Актёрское мастерство» предусматривает текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий контроль проводится на занятиях в форме педагогического наблюдения за выполнением специальных упражнений, театральных игр, показа этюдов и отрывков.

Промежуточная аттестация проводится 1 раз в год в форме открытого занятия в период с 1 по 30 декабря и включает проверку практических умений и навыков в формате «творческих проектов» (отрывки из спектаклей, этюды, монологи, видеофильмы, пластические зарисовки).

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце учебного года в форме творческого отчёта — демонстрации творческих достижений учащихся (отрывки из спектаклей, монологи, авторские этюды, музыкально-пластические зарисовки, видеофильмы).

Оценка результатов обучения по курсу безотметочная. Для дифференциации результатов предусмотрено бонусное поощрение в виде экскурсий в театр, знакомств с известными актёрами и режиссёрами, мастер-классов по кинопробам и кастингу.

2.4. Оценочные материалы

Контроль освоения Программы обучающимися осуществляется по следующим критериям:

- соблюдение правил техники безопасности на сцене;
- знание и соблюдение законов сценического существования;
- артикуляция и дикция;
- контроль за свободой своего тела (владение собственным телом, мышечная свобода);
- умение удерживать внимание зрителей/слушателей;
- уверенность действия на сценической площадке;
- глубина проработки роли, точность действия и сверхзадачи;
- взаимодействие с партнёром или группой;
- самоконтроль поведения, бесконфликтность, вежливость, доброжелательность.

Результативность обучения дифференцируется по трём уровням: высокий, средний, низкий. При оценке результативности анализируется личный прогресс обучающегося в освоении программы.

Критерии оценки результатов

Высокий уровень освоения программы (8-10 баллов)

Активная познавательная и творческая преобразующая деятельность, самостоятельная работа, заинтересованность, увлечённость, высокая внутренняя мотивация, хороший уровень развития речевого аппарата и пластики движения. Обучающийся глубоко понимает идею драматургического произведения, творчески интерпретирует его содержание, самостоятельно анализирует роль, формулирует сверхзадачу персонажа.

Средний уровень освоения программы (5-7 баллов)

Активная познавательная деятельность, проявление самостоятельности и творческой инициативы при выполнении заданий, неустойчивая положительная мотивация. Обучающийся понимает содержание произведения, даёт словесные характеристики персонажам, может продемонстрировать эмоциональные состояния героев с помощью педагога.

Низкий уровень освоения программы (1-4 баллов)

Репродуктивный характер творческой деятельности, начальный познавательный уровень активности, трудности с самостоятельным анализом роли и созданием сценического образа, необходима помощь педагога, работа над собой во внеурочное время практически отсутствует.

2.5. Методические материалы

Основные формы организации образовательной деятельности: беседа, наблюдение, показ, репетиция, дискуссия.

Педагогические технологии:

- личностно ориентированное обучение;
- дифференцированное обучение;
- игровые технологии;
- системно-деятельностный подход в организации обучения школьников.

Также могут быть использованы дистанционные образовательные технологии.

Программа построена на принципах дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами театральной культуры;
- принцип движения от простого к сложному, постепенное усложнение теоретического и практического материала;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности школьников.

Методы обучения:

- наглядные (показ, просмотр видеоматериалов, спектаклей, фильмов);
- словесные (рассказы, беседы, работа с текстами, анализ и обсуждение);
- практические (репетиции, экскурсии, посещение театров и концертных залов).

2.6. Рабочая программа воспитания

Раздел «Воспитание» разработан в соответствии с Основами государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей (Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809) и Стратегией развития воспитания в Российской Федерации.

Цель воспитательной работы: формирование у обучающихся гражданской идентичности, уважения к культурному и историческому наследию России, эстетического вкуса и ответственного отношения к творческой деятельности и коллективу.

Направления воспитательной работы:

- патриотическое — знакомство с произведениями отечественной драматургии, историей российского театра;
- духовно-нравственное — формирование уважительного отношения к партнёрам, педагогу, зрителю;

- эстетическое — развитие художественного вкуса через анализ произведений театра и кино;
- профессиональное самоопределение — знакомство с профессиями творческой индустрии.

Формы воспитательной работы: коллективное обсуждение спектаклей и фильмов, посещение театров и музеев, участие в конкурсах и фестивалях, творческие отчёты для родителей и педагогического коллектива.

Календарный план воспитательной работы оформляется ежегодно как приложение к настоящей программе.

2.7. Список литературы

Для обучающихся:

12. Детская энциклопедия. Театр. — М.: Астрель, 2002. — 128 с.
13. Ершов, П.М. Технология актёрского искусства / П.М. Ершов. — М.: ТОО «Горбунок», 1992. — 288 с.
14. Захава, Б.Е. Мастерство актёра и режиссёра: учебное пособие / Б.Е. Захава; под ред. П.Е. Любимцева. — 10-е изд. — СПб.: Планета музыки, 2019. — 456 с.
15. Станиславский, К.С. Работа актёра над собой / К.С. Станиславский. — М.: Юрайт, 2019. — 468 с.

Для педагога:

16. Бруссер, А.М. Глаголим.ру: аудиовидеоуроки по технике речи. Часть 1 / А.М. Бруссер, М.П. Оссовская. — М.: Маска, 2007.
17. Бруссер, А.М. Сценическая речь: методические рекомендации и практические задания для начинающих педагогов театральных вузов / А.М. Бруссер. — М.: ВЦХТ, 2008. — 176 с.
18. Вахтангов, Е.Б. Записки, письма, статьи / Е.Б. Вахтангов. — М.: Искусство, 1939. — 456 с.
19. Программа общеобразовательных учреждений «Театр. 1-11 классы». — М.: Просвещение, 1995. — 96 с.
20. Станиславский, К.С. Моя жизнь в искусстве / К.С. Станиславский. — М.: Искусство, 1989. — 622 с.
21. Театр, где играют дети: учебно-методическое пособие для руководителей детских театральных коллективов / под ред. А.Б. Никитиной. — М.: ВЛАДОС, 2001. — 288 с.
22. Чехов, М.А. О технике актёра / М.А. Чехов. — М.: Артист. Режиссёр. Театр, 2003. — 304 с.
23. Шихматов, Л.М. От студии к театру / Л.М. Шихматов. — М.: ВТО, 1970. — 344 с.

Интернет-ресурсы:

24. Устройство сцены в театре [Электронный ресурс]. URL: <http://istoriya-teatra.ru/theatre/item/f00/s09/e0009921/index.shtml> (дата обращения: 10.09.2026).

Календарно-тематический план — 10 класс (1-й год обучения)

«Актёрское мастерство», 34 часа, 2026/2027 учебный год

№	Тема	Дата (план)	Цель занятия	Упражнения
1	«Знакомство и основы актёрского тренинга»	01.09.2026	Знакомство с учащимися. Ознакомление с режимом занятий, правилами поведения и программой. Инструктаж по технике безопасности.	Игры на знакомство и раскрепощение в коллективе; беседа о целях курса; упражнения на выявление психофизических особенностей группы
2		08.09.2026	Обучение навыкам снятия мышечных зажимов. Виды сценического дыхания.	Тренинг на мышечную свободу; дыхательные упражнения (диафрагмальное дыхание); упражнения на групповую координацию
3		15.09.2026	Закрепление навыков дыхания. Основы артикуляции и голосоведения.	Артикуляционная гимнастика; дыхательно-голосовой тренинг; упражнения на слаженность коллективных действий
4		22.09.2026	Круги внимания. Основы концентрации на сцене.	Упражнения «Круги внимания», «Слышать одного»; групповые этюды на внимание
5	«Элементы актёрской техники: внимание, воображение»	29.09.2026	Работа с воображаемыми предметами. Развитие сценической фантазии.	Этюды с воображаемым предметом; тренинг «Что я вижу, чувствую, слышу»
6		06.10.2026	Мышечная свобода и оценка факта.	Упражнения на снятие мышечного напряжения; этюды на «оценку факта»
7		13.10.2026	Эмоциональная память: базовые техники.	Тренинг эмоциональной памяти (по методике М.А. Чехова); этюды на воспоминание и ассоциацию
8		20.10.2026	Этюды на «зону молчания» и «рождение слова».	Работа с молчанием как действием; этюды на переход от молчания к слову
9		10.11.2026	Работа с воображаемыми обстоятельствами.	Этюды на предлагаемые обстоятельства с использованием воображаемых объектов

10		17.11.2026	Взаимодействие с партнёром через воображение.	Парные этюды на совместное воображаемое действие
11		24.11.2026	Обобщение техники внимания и воображения.	Комплексный тренинг: внимание + воображение + эмоциональная память
12		01.12.2026	Промежуточный показ этюдов на внимание и воображение.	Показ подготовленных этюдов, обсуждение и разбор работ
13	«Сценическая речь и работа с голосом»	08.12.2026	Работа с резонаторами. Дикционные упражнения.	Голосовой тренинг; дикционные упражнения на резонаторы; скороговорки базового уровня
14		15.12.2026	Скороговорки повышенной сложности.	Комплекс скороговорок; работа над чёткостью и темпом речи
15		22.12.2026	Логический анализ текста: знаки препинания, логические ударения.	Разбор текста на логические ударения; чтение с расстановкой пауз
16		29.12.2026	Подтекст в тексте роли.	Работа с подтекстом на примере коротких монологов
17		12.01.2027	Чтение прозы: техника и выразительность.	Чтение отрывков прозы, работа над выразительностью и темпоритмом
18		19.01.2027	Чтение поэзии: работа со стихотворным текстом.	Разбор и чтение стихотворений, работа с рифмой и ритмом
19		26.01.2027	Подготовка монолога: выбор материала.	Выбор литературного материала для монолога; первый разбор текста
20		02.02.2027	Работа над публичным выступлением.	Репетиция монологов; тренинг на снятие сценического волнения
21	«Сценическое движение и пластика»	09.02.2027	Развитие пластической выразительности тела.	Пластический тренинг; упражнения на координацию и равновесие
22		16.02.2027	Основы сценического жеста и мизансцены.	Работа над жестом; построение простых мизансцен
23		02.03.2027	Основы сценического боя (ознакомительно, с ТБ).	Базовые элементы сценического боя, страховка, техника безопасности

24		09.03.2027	Сценические падения: основы безопасности.	Тренировка сценических падений на матах, страховка партнёра
25		16.03.2027	Соединение пластики и речи.	Комплексные этюды: движение + текст
26		30.03.2027	Закрепление навыков сценического движения.	Пластический этюд с элементами боя и падений
27	«Беседы о театре и профессии актёра»	06.04.2027	Знакомство со структурой театра, историей театрального искусства.	Просмотр фрагмента спектакля; беседа о профессии актёра и режиссёра
28		13.04.2027	Профессии театральной и киноиндустрии.	Беседа о театральных и кинематографических вузах; просмотр видеоматериалов
29		20.04.2027	Экскурсия в театр или встреча с практикующим актёром.	Посещение театра/встреча с актёром (по согласованию с администрацией)
30		27.04.2027	Обсуждение впечатлений от экскурсии.	Дискуссия, обмен впечатлениями, разбор увиденного спектакля
31	«Промежуточная аттестация»	04.05.2027	Подготовка к промежуточной аттестации.	Повтор ключевых упражнений; репетиция открытого занятия
32		11.05.2027	Подготовка творческого материала к показу.	Финальная репетиция этюдов, монологов, пластических номеров
33		18.05.2027	Генеральная репетиция открытого занятия.	Полный прогон программы открытого занятия
34	«Промежуточная аттестация»	25.05.2027	Открытое занятие для родителей и педагогического состава.	Показ комплекса упражнений: дыхание, речь, пластика, этюды, монологи

Календарно-тематический план — 11 класс (2-й год обучения)

«Актёрское мастерство», 34 часа, 2026/2027 учебный год

№	Тема	Дата (план)	Цель занятия	Упражнения
1	«Предлагаемые обстоятельства и работа с этюдом»	03.09.2026	Понятие предлагаемых обстоятельств и сценического действия.	Разминка; тренинг на внимание и воображение; самостоятельный разбор понятия «предлагаемые обстоятельства» на примерах из современной драматургии; этюды на комплекс из 2 обстоятельств
2		10.09.2026	Структура этюда: событие, конфликт, действие персонажа.	Разминка; самостоятельный разбор структуры этюда (событие, конфликт, действие); создание индивидуальных этюдов на заданное событие с усложнённой мотивацией
3		17.09.2026	Работа над этюдом: от наблюдения к обобщению.	Разминка; самостоятельное наблюдение за поведением людей в разных социальных ролях; создание развёрнутого этюда-наблюдения с элементами характеристики
4		24.09.2026	Групповые этюды на взаимодействие.	Разминка; создание и показ групповых этюдов на 3-4 взаимосвязанных предлагаемых обстоятельства с открытым финалом
5		01.10.2026	Усложнение обстоятельств: конфликт интересов.	Разминка; парные этюды на конфликт интересов с непредсказуемым развитием; самостоятельный разбор мотивации персонажей
6		08.10.2026	Импровизация в предлагаемых обстоятельствах.	Разминка; продолжительная импровизация без предварительной подготовки на заданную тему; самостоятельный анализ импровизации группой
7		15.10.2026	Работа над индивидуальным этюдом.	Разминка; самостоятельная индивидуальная работа над этюдом; отработка деталей и психологических нюансов роли

8		22.10.2026	Работа над индивидуальным этюдом (продолжение).	Разминка; самостоятельная доработка индивидуальных этюдов; чистовой показ в парах с разбором
9		05.11.2026	Показ этюдов: подготовка.	Разминка; полный прогон всех подготовленных этюдов; развёрнутая обратная связь и самоанализ
10		12.11.2026	Показ этюдов на группу.	Показ этюдов на группу; развёрнутое обсуждение и профессиональный разбор показанных работ
11	«Беседы о театре и профессии актёра»	19.11.2026	Знакомство со структурой театра, историей театрального искусства.	Просмотр фрагмента спектакля; беседа о профессии актёра и режиссёра
12		26.11.2026	Профессии театральной и киноиндустрии; театральные вузы.	Беседа о театральных и кинематографических вузах; просмотр видеоматериалов, разбор вступительных программ
13		03.12.2026	Экскурсия в театр или встреча с практикующим актёром.	Посещение театра/встреча с актёром (по согласованию с администрацией)
14		10.12.2026	Обсуждение впечатлений от экскурсии.	Дискуссия, обмен впечатлениями, разбор увиденного спектакля с точки зрения профессии
15	«Анализ роли и работа над отрывком»	17.12.2026	Разбор текста: определение сверхзадачи персонажа.	Разминка; самостоятельный выбор отрывка драматургии (классика или современная пьеса); развёрнутый разбор текста, определение сверхзадачи персонажа
16		24.12.2026	Сквозное действие персонажа.	Разминка; самостоятельное определение сквозного действия; читка отрывка по ролям с первым распределением характеров
17		14.01.2027	Поиск выразительных средств для воплощения образа.	Разминка; репетиция отрывка; самостоятельный поиск пластического и речевого решения роли с учётом жанра произведения
18		21.01.2027	Индивидуальная работа над ролью.	Разминка; индивидуальные репетиции с педагогом; уточнение мизансцен и психологических деталей роли

19		28.01.2027	Работа в паре/группе над отрывком.	Разминка; парная/групповая репетиция отрывка; самостоятельная работа над ансамблевым взаимодействием партнёров
20		04.02.2027	Углубление психологического анализа персонажа.	Разминка; углублённый анализ биографии и мотивации персонажа (метод действенного анализа); репетиция с учётом подтекста
21		11.02.2027	Репетиция отрывка: технический прогон.	Разминка; технический прогон отрывка (свет, реквизит, мизансцены) с элементами самостоятельной режиссуры
22		18.02.2027	Показ отрывков на группу.	Показ отрывков на группу; профессиональный разбор актёрских решений, обратная связь по критериям органичности и выразительности
23	«Творческий проект»	25.02.2027	Выбор творческого проекта индивидуально или в группе.	Разминка; развёрнутая беседа о профессиональных и личных интересах каждого учащегося; самостоятельный выбор формата творческого проекта
24		04.03.2027	Разработка замысла творческого проекта.	Разминка; самостоятельная разработка концепции проекта (монолог, отрывок, композиция, авторский перформанс)
25		11.03.2027	Подбор материала для творческого проекта.	Разминка; самостоятельный подбор литературного/музыкального материала; развёрнутый разбор выбранного материала
26		18.03.2027	Репетиция творческого проекта.	Разминка; преимущественно самостоятельная индивидуальная и групповая репетиция творческого проекта
27		01.04.2027	Репетиция творческого проекта (продолжение).	Разминка; самостоятельная доработка деталей творческого проекта; отработка технических и постановочных моментов
28		08.04.2027	Черновой показ творческого проекта.	Разминка; черновой показ на группу; развёрнутая обратная связь и самостоятельная корректировка замысла

29		15.04.2027	Финальная доработка творческого проекта.	Разминка; финальная самостоятельная репетиция с учётом полученной обратной связи
30		22.04.2027	Показ творческих проектов на группу.	Показ творческих проектов на группу; развёрнутое обсуждение результатов работы за весь год обучения
31	«Аттестация (итоговая и промежуточная)»	29.04.2027	Подготовка к промежуточной аттестации.	Разминка; самостоятельный повтор ключевых упражнений и этюдов; репетиция открытого занятия с элементами самостоятельной организации показа
32		06.05.2027	Подготовка к итоговому творческому отчёту.	Разминка; самостоятельный отбор лучших работ года для творческого отчёта; репетиция программы выпускного показа
33		13.05.2027	Генеральная репетиция творческого отчёта.	Полный прогон программы творческого отчёта: этюды, отрывки, творческие проекты — с элементами самостоятельной режиссуры показа
34		20.05.2027	Итоговая аттестация: творческий отчёт.	Демонстрация достижений за 2 года обучения: лучшие этюды, отрывки, творческие проекты — итоговый показ для родителей и педагогического состава