

Министерство культуры Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ВСЕРОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
КИНЕМАТОГРАФИИ ИМЕНИ С.А. ГЕРАСИМОВА» (ВГИК)**  
Филиал ВГИКа в г. Хабаровске (Хабаровский край)

---

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебно-методической работе

\_\_\_\_\_ И.В.Коротков

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

**Специальность 54.05.03 ГРАФИКА**

**Специализация программы специалитета: Художник анимации и  
компьютерной графики**

**Форма обучения: очная**

Хабаровск, 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основании ФГОС ВО, утверждённого приказом Министерства образования и науки от 13.08.2020 N 1013 по специальности 54.05.03 Графика (уровень специалитета), согласована с директором Института анимации и цифровых технологий Е.Г. Яременко, начальником отдела по методической работе В.В. Атаманом, зав. библиотекой В.М. Шипулиной.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины
4. Объем дисциплины и виды учебной работы
5. Содержание дисциплины
  - 5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий
  - 5.2. Содержание разделов, тем дисциплины
6. Самостоятельная работа обучающихся
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины
  - Основная литература*
  - Дополнительная литература*
8. Перечень информационно-телекоммуникационных ресурсов, необходимых для освоения дисциплины
9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине
10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

### 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Основной целью дисциплины «Сценическое движение» является всестороннее пластическое воспитание учащихся.

*Задачи дисциплины:*

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физкультурой;
- овладение умениями и навыками обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность обучающегося к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Сценическое движение» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, является элективной по физической культуре и спорту, преподается на 2-3 курсе, в 3-6-м семестрах

Дисциплина «Сценическое движение» связана с дисциплиной «Физическая культура и спорт», формирует набор специальных знаний и компетенций, необходимых для решения образовательных и оздоровительных задач.

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальной компетенции УК-7 (Табл. 1).

Таблица 1

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часов, которые являются обязательными и в зачетные единицы не переводятся. Форма промежуточной аттестации – зачет в 6-м семестре

Таблица 2

Вид учебной работы	Количество часов				
	Всего по уч. плану	В том числе по семестрам			
		3	4	5	6
<b>Работа с преподавателем (контактные часы):</b>	<b>124</b>	<b>34</b>	<b>28</b>	<b>34</b>	<b>28</b>
Теоретический блок:					
Лекции	–	–	–		
Практический блок:					
Практические и семинарские занятия	<b>124</b>	34	28	34	28
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>198</b>	48	54	48	48
<b>Форма промежуточной аттестации – зачет с оценкой</b>	<b>6</b>				6
<b>ВСЕГО</b>	<b>Акад час. 328</b>	<b>82</b>	<b>82</b>	<b>82</b>	<b>82</b>

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

Таблица 3

Наименование разделов, тем	Общая трудоемкость, час.	Виды учебных занятий	
		Практ. зан.	Самост. раб
<b>МЕТОДИКО-ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ</b>			
Тема 1. Методические основы овладения умениями и навыками техники в отдельных видах двигательной активности	<b>42</b>	4	38
<b>УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
Тема 2. Тренинг подготовительный	<b>68</b>	30	38
Тема 3. Тренинг развивающий	<b>72</b>	30	42
Тема 4. Тренинг пластический	<b>68</b>	30	38
Тема 5. Тренинг специальный	<b>72</b>	30	42
Промежуточная аттестация – зачет	<b>6</b>		
<b>ИТОГО</b>	<b>328</b>	<b>124</b>	<b>198</b>

### 5.2. Содержание разделов, тем дисциплины

#### МЕТОДИКО-ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

##### Тема 1. Методические основы овладения умениями и навыками техники в отдельных видах двигательной активности

Операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности.

#### УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ РАЗДЕЛ

## **Тема 2. Тренинг подготовительный**

Коррекция как лечебно-педагогический и воспитательный процесс, направленный на исправление индивидуальных физических и психофизических недостатков, врожденных и приобретенных, ухудшающих или отягощающих внешние данные человека.

Вычленение индивидуальных проблем каждого обучающегося. Разработка стратегии исправления устранимых недостатков и компенсации, смягчения или прикрытия тех из них, которые не могут быть устранены.

Подготовка костно-мышечного аппарата обучающегося, определение степени готовности к активной работе на занятии.

Упражнения:

- подтягивание, скручивание, прогибание, вращение;
- ходьба, прыжки, бег;
- на равновесие: наклоны, прогибы, вращения, прыжки;
- повышение чувства равновесия (тренировка вестибулярного анализатора), повышение устойчивости тела (оперирование центром тяжести);
- фиксирование позиции.

## **Тема 3. Тренинг развивающий**

Развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно-мышечного аппарата обучающегося.

Упражнения на:

- гибкость (для развития пассивной и активной гибкости) и растяжку;
- силу (укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног; динамические упражнения; упражнения для развития взрывной силы; статические (изометрические) упражнения) и выносливость;
- координацию (повышение точности организации движений во времени и пространстве; совершенствование многоплоскостного внимания; повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков; координационные упражнения для рук, выполняемые в одной, двух и трех плоскостях и со сменой плоскостей; сочетание координационных упражнений для рук с различными движениями ног) и реакцию;
- прыгучесть и подвижность стопы;
- мышечную память, освобождение мышц (произвольное управление мышечными напряжениями; попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях; расслабление отдельных групп мышц без предварительного их напряжения; расслабление одних мышц при одновременном напряжении других; «переливание» напряжений и расслаблений из одних мышц в другие; полное расслабление всех мышц с падением и без падения; выработка волевого, а затем и подсознательного контроля за мышечными напряжениями);
- ощущение центра тяжести;
- вестибулярный аппарат.

## **Тема 4. Тренинг пластический**

Развитие внутреннего ощущения движения.

Упражнения на:

- напряжение и расслабление;
- подвижность и выразительность рук;

- подвижность и ловкость (приобретение опыта интегрирования различных физических и психофизических качеств при решении сложных двигательных и действенных задач; телесная и ручная ловкость);
- чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;
- на освоение различных типов и характеров движения.

### **Тема 5. Тренинг специальный**

Развитие психофизических качеств обучающегося. Упражнения как средство познания своих возможностей при решении двигательной задачи, имеющей свое оправдание и внутренний импульс.

Упражнения на развитие чувства:

- равновесия (повышение чувствительности вестибулярного аппарата; обострение чувства равновесия и повышение устойчивости тела);
- пространства;
- инерции движения;
- формы;
- партнера.

### **6. Самостоятельная работа обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает выполнение упражнений, подготовку к зачетам.

### **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

*Основная литература*

1. Станиславский К.С. Учебник актерского мастерства. Работа над собой в творческом процессе воплощения. – М., АСТ Владимир ВКТ, 2011.
2. Закиров А.З. Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы: Методическое пособие. – М.: ВГИК, 2009.

*Дополнительная литература*

1. Основы сценического движения: Пособие /Под ред. И.Э. Коха – М., 1973.
2. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. /В 2-х ч. /Ч 1. – М., 1982; Ч.2. – М., 1983.
3. Гринер В.А. Ритм в искусстве актера. – М.: Просвещение, 1966.
4. Збруева Н. Ритмическое воспитание актера. – М., 2003.
5. Кох И.Э. Сценическое фехтование. – М.-Л., 1948.
6. Морозова Г.В. Пластическая культура актера: Словарь терминов. – М., 1999.
7. Морозова Г.В. Сценический бой. – М., 1975.
8. Немировский А.Б. Пластическая выразительность актера. – М., 1976.
9. Пластическое воспитание актера в театральном ВУЗе. – Л., 1987.
10. Карпов Н.В. Уроки сценического движения. – М., 1999.
11. Кох И.Э. Основы сценического движения. – Л., 1970.
12. Морозова Г.В. Пластическое воспитание актера. – М., 1998.

### **8. Перечень информационно-телекоммуникационных ресурсов, необходимых для освоения дисциплины**

Обучающимся обеспечен доступ к электронно-библиотечным системам: «Айбукс» (<https://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>), «Юрайт» (<https://biblionline.ru/>), «Лань» (<https://e.lanbook.com/>), Электронная информационно-

образовательная среда (ЭИОС) ВГИКа. Подробная информация о постоянно пополняемом объеме электронных информационных ресурсов ВГИК доступна на сайте университета: <http://www.vgik.info/library/information/>

**9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Операционная система Microsoft Window 10 Enterprise 2016 LTSB  
WINENTLTSBUPGRD 2016 ALN Upgrd MVL 3Y Enterprise BuyOut

**10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

**Телевизионный учебный комплекс**

Стул – 4 шт.

Киноэкран – 1

Проектор VIEWSONIC LS700HD – 1

Мобильная рабочая станция Dell Precision 7730 – 1

Активная система с цифровым процессором 2 усилит., 2 микро FENDER  
PASSPORTPD500 – 1

Акустическая система двухполосная FW-3215 – 2

Акустическая система пассивная RS18S – 2

Видеокамера Panasonic МД 9000 – 1

Генератор тумана 1500Вт Robe Fog1500 FT – 1

Громкоговоритель окружения SL-12V – 1 ELECTRO VOLCE – 6.

Двухполосная активная система JBS – 1

Заэкранный громкоговоритель Evro Sound – 3

Звуковой процессор (CP650XO DOLBBY) – 1

Звуковая плата M-Audio Fast Trask PRO – 1

Измерительный микрофон PROAUDIO PMC-2 – 1

Прибор полного вращения MSD 250/2W/2 Robe Colorspot 250AT – 1

Прибор полного вращения с лампой Robe Colorwash 250AT – 1

Процессор контроллер модуль система распределения обработки и управления  
громкоговорителями и акустическими системами (DriveRack 260) – 2

Пульт Микшерный Samson L1200 – 1

Радиосистема двухантенная "вокальная" SHURE PGX24/58 – 2

Световой прибор сканер с лампой MSD 250/2 – 2

Световой прибор сканер с лампой BA 250/2 – 4

Стробоскоп MLIGHT STROBO 1500 DMX 1500W – 1

Проектор Beng MW526 DLP 3200Lm WXGA 100000:1 – 1

Пульт световой Chauvet Stage Desinger 50 – 1