МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені ІВАНА ФРАНКА

Кафедра (циклова комісія) театрознавства та акторської майстерності

"ЗАТВЕРДЖУЮ"
Декан факультету
культури і мистецтв
доц. Крохмальний Р.О.

" 27 " червня 2019 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Фізичне виховання (тренінг)
(шифр і назва навчальної дисципліни)

спеціальність **026 Сценічне мистецтво**
(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація **Акторське мистецтво драматичного театру та кіно**
(назва спеціалізації)

факультет **культури і мистецтв**
(назва інституту, факультету, відділення)

2019 – 2020 навчальний рік

Робоча програма **«Фізичне виховання (тренінг)»** для студентів
(назва навчальної дисципліни)

за спеціальністю **«Акторське мистецтво драматичного театру та кіно»**

Розробники: **Козак Богдан Миколайович – професор, завідувач кафедри театрознавства та акторської майстерності; Збєря Нінель Анатоліївна – хореограф-постановник**
(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри (циклової комісії) **театрознавства та акторської майстерності**

Протокол від 26 червня 2019 року № 10

Завідувач кафедри (голова циклової комісії)

проф. Козак Б.М.

(підпис) (прізвище та ініціали)

Ухвалено Вченою радою факультету Культури і мистецтв

Протокол від 27 червня 2019 року № 10

червень 2019 рік

Форма навчання	Курс	Семестр	Загальний обсяг (год.)	Всього аудит. (год.)	у тому числі (год.):			Самостійна робота (год.)	Контрольні (модульні) роботи шт.	Розрахунково-графічні роботи шт	Курсові проекти (роботи), (шт.)	Залік (сем.)	Екзамен (сем.)
					Лекції	Індивідуальні	Практичні						
Денна	I	1, 2	90	90	0	0	64	26				2	

1 Рівень сформованості знань та вмінь.

Шифр вмінь та змістових модулів	Зміст умінь, що забезпечується
	Вміння використовувати набуті навички та професійні здібності, передбачені даною програмою.
	Вміння самостійно опрацьовувати і вдосконалювати надбані знання, здобуті в процесі практичних занять з даного предмету.
	Вміння створювати нові власні вправи.
	Вміння самостійно провести тренаж.

2 Практичні заняття.

Шифр змістового модуля	Назва змістового модуля
1	**Сценічна увага.**
	Тема 1 – Життєва увага.
	Тема 2 – Види уваги.
	Тема 3 – Вміння керувати своєю увагою.
	Тема 4 – Зовнішні та внутрішні обєкти уваги.
	Тема 5 – Вправи на зорову увагу.
	Тема 6 – Впрви на дотикову увагу.
	Тема 7 – Вправи на нюхальну увагу.
	Тема 8 – Вправи на смакову увагу.
	Тема 9 – Групові вправи на загальну увагу.
	Тема 10 – Багаторівнева увага.

	Всього годин -
2	**М,язова свобода.**
	Тема 1 – Напруження та розслаблення м,язів.
	Тема 2 – Цілеспрямований розподіл енергії по тілу.
	Тема 3 – Свідоме вміння керувати своїм тілом.
	Тема 4 – Різні техніки звільнення м,язів від надлишковоі напруги.
	Тема 5 – Комплекс вправ з йоги.
	Тема 6 – Біоенергетичні вправи.
	Тема 7 – Розігрів та розминка тіла.
	Всього годин -

3. Самостійна робота студента.

Самостійна робота студента триває постійно та безперервно на протязі всього терміну навчання . Вона включає в себе розвиток «акторського апарату» на базі здобутих навичок на тренажі.

4.Перелік рекомендованих підручників, методичних та дидактичних матеріалів.

Ю. Альшиц – Гітіс. Тренінг назавжди.

А. Г. Буров – Праця актора та викладача.

М. А. Карпушкін – Уроки майстра.

О. Маркова , Е. Декру – Теорія та школа пантоміми.

М. Кіпніс – Дійовий тренаж.

А. П. Єршова, В. М. Букатов – Режисура уроку, спілкування та поведінки вчителя.

П. М. Єршов – Самовчитель з акторськоі майстерності.

А. Лоуен – Біоенергетика.

С. В. Гіппіус – Акторський тренінг.

В. Баскаков – Вільне тіло.

П. Карпов – Уроки сценічного руху.

М. Кіпніс – Акторський тренінг.

Пол Елсам – Майстер клас для починаючого актора. В.

Дюпре – Як стати актором.

І. Вагін, П. Ріпінська – Тренінги. Стратегія проведення психологічних тренажів.

К. С. Станіславський – Робота актора над собою.

М. А. Чехов – Про техніку актора.

М. Френкель – пластика сценічного простору.

Ф. В. Ковальов – Золотий поділ.

Н. А. Звєрєв – Створення акторського образу.

Г. В. Крісті – Основи акторськоі майстерності.

П. Брук – Підступність нудьги.

Л. В. Грачова – Виховання почуттів.

Н. В. Рождественська – Психологія художньоі творчості.

І. Є. Кох – Основи сценічного руху.

Б. Є. Захава – Майстерність актора та режисера.

А. Є. Зубов – Шпаргалка за майстерності актора.

М. Л. Соснова – Мистецтво актора.

Т. В. Ексакусто – Практикум по груповій психокорекціі.

Г. Рот – Танець п,яти рухів.

М. Фельденкрайз – Усвідомлення через рух.

Н. І. Козлов – Кращі психологічні ігри та вправи.

Л. П. Новицька – Уроки натхнення.

5 Критерії успішності.

Результати складання диференційованого заліку оцінюються за шкалою балів, еквівалентною чотирибальній шкалі « добре, задовільно, незадовільно».

Шкала оцінювання : вузу, національна та ECTS

Оцінка ECTS	***Оцінка в балах***	***За національною шкалою***		
		Екзаменаційнаоцінка, оцінка з диференційованогозаліку		***Залік***
A	90 – 100	5	***Відмінно***	***Зараховано***
B	81-89	4	***Дужедобре***	
C	71-80		***Добре***	
D	61-70	3	***Задовільно***	
E	51-60		***Достатньо***	

Оцінка еквівалентна « відмінно» , виставляється, якщо студент добре і наполегливо відпрацьовував весь обсяг матеріалу, що надавався програмою навчання, старанно прагнув покращити свої професійні здібності, приймав активну участь в заняттях, систематично відвідував заняття, Індивідуально опрацьовував задані вправи, самостійно складав та проводив тренаж.

Оцінка еквівалентна « добре», виставляється, якщо студент добре опрацював програмний матеріал, має незначні прогалини у знаннях, не допускав суттєвих помилок у виконанні практичних вправ, розумів суть кожної вправи.
Оцінка еквівалентна «задовільно» , виставляється, якщо студент назагал засвоїв основний матеріал, Але мало працював і докладав зусиль, аби підвищити свій рівень професійної готовності до роботи, несвідомо ставився до систематичності роботи над програмою навчання, має прогалини в знаннях.
Оцінка еквівалентна «незадовільно», виставляється, якщо студент систематично пропускав заняття. Не оволодів професійними навичками, які забезпечує вивчення програми.