МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Львівський національний університет імені Івана Франка
Факультет культури і мистецтв
Кафедра театрознавства та акторської майстерності

Затверджено
на засіданні кафедри театрознавства та
акторської майстерності
факультету культури і мистецтв
Львівського національного університету
імені Івана Франка
(протокол № 1 від 28.08.2025 р.)

Гарант ОПП «Акторське мистецтво
драматичного театру і кіно»
Декан факультету
доц. Мирослава ЦИГАНИК

СИЛАБУС / SYLABUS

з навчальної дисципліни

«Основи ексцентрики та жонглювання»,

що викладається в межах
ОПП «Акторське мистецтво драматичного театру і кіно»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти для здобувачів
за спеціальністю В6 Перформативні мистецтва,
спеціалізацією В6.01 Сценічне мистецтво
галуззю знань В «Культура, мистецтво та гуманітарні науки»

Львів – 2025 р

Назва навчальної дисципліни	Основи ексцентрики та жонглювання
Адреса викладання дисципліни	м. Львів, вул. Валова, 18.
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Факультет культури і мистецтв, кафедра театрознавства та акторської майстерності
Галузь знань, шифр та назва освітньої програми	В Культура, мистецтво та гуманітарні науки, В6 Перформативні мистецтва В6.01 Сценічне мистецтво ОП Акторське мистецтво драматичного театру і кіно
Викладачі курсу	Пилипчук Юрій Романович, асистент кафедри театрознавства та акторської майстерності
Контактна інформація викладачів	yurii.pylypchuk@lnu.edu.ua
Консультації по курсу відбуваються	Консультації в день проведення лекцій/практичних занять (за попередньою домовленістю). Також можливі онлайн консультації. Для погодження часу онлайн-консультацій слід писати на електронну пошту викладача.
Сторінка навчальної дисципліни	https://kultart.lnu.edu.ua/course/osnovy-ekstsentryky-ta-zhonhliuvannia
Інформація про дисципліну	Дисципліна «Основи ексцентрики та жонглювання» є вибірковою дисципліною зі спеціальності В6 Перформативні мистецтва, спеціалізації В6.01 Сценічне мистецтво, ОПП Акторське мистецтво драматичного театру та кіно для першого (бакалаврського) ступеня вищої освіти денної форми навчання, яка викладається в обсязі 120 годин, 4 кредити (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS) на IV курсі, у 7 та 8 семестрах.
Семестровий (підсумковий) контроль	Залік у кінці 7 семестру.
Коротка анотація дисципліни	«Основи ексцентрики та жонглювання» – це навчальна дисципліна спрямована на формування у студентів базових навичок ексцентричної виразності, жонглювання, еквілібру, координації рухів, ритмічності та сценічної уваги. Курс поєднує елементи фізичного театру та жонглювання як інструментів розвитку акторської пластики, уяви й сценічної свободи. Навчання сприяє розвитку почуття темпу-ритму, точності дії, концентрації, здатності до імпровізації та взаємодії з партнером і предметом у сценічному просторі. Жонглювання розглядається не лише як технічна навичка, а як засіб сценічного мислення, створення образу.
Мета та цілі дисципліни	**Мета курсу –** формування у студентів основ ексцентричного акторського мислення та володіння предметом як елементом сценічної дії; розвиток фізичної координації, пластичної виразності та творчої ініціативи. **Завданням** курсу є: • всебічна фізична підготовка тіла через систему спеціальних тренувань для підвищення витривалості та еластичності м'язів; • опанування навичок еквілібристики та точного керування власним тілом у статиці та динаміці; • розвиток здатності до миттєвої психофізичної відповіді на зовнішні подразники та зміну сценічних обставин. • вивчення технік безсловесної комунікації, розвиток мімічної виразності та жестів для передачі емоційного стану; • розвиток навичок пластичної виразності, де кожен рух підпорядкований художньому задуму та відчуттю ритму й динаміки; • засвоєння технічних елементів жонглювання та роботи з реквізитом як базису для створення трюку. • виховання здатності до парадоксальної інтерпретації дійсності та пошуку нестандартних рішень у роботі з предметом;

	• вивільнення творчої ініціативи через ігрову взаємодію з реквізитом, де предмет стає активним елементом сценічної дії; • виховання вольових аспектів, самодисципліни та здатності до творчої концентрації в умовах підвищеної фізичної активності.
Ключові слова	Баланс, ритм, жонгляж, ексцентричний рух, еквілібр, клоунада, пантоміма, безпека, пластика
Формат дисципліни	Очний
	Заняття проводяться в аудиторіях, де є достатньо простору для активної діяльності студентів: можливості виконання парних чи групових вправ. Проведення лекцій, практичних робіт та консультації для кращого розуміння тем.
Тривалість навчальної дисципліни	120 годин, два семестри
Обсяг навчальної дисципліни	60 годин аудиторних занять. З них 60 годин практичних занять та 60 годин самостійної роботи
Очікувані результати навчання	Після завершення цього курсу студент буде **знати:** • базові принципи жонглювання, пластики, пантоміми, еквілібру та акробатики в контексті акторської практики; • роль трюку та маніпуляції з предметом у розвитку акторської техніки, посиленні сценічної виразності та налагодженні специфічної комунікації з глядачем; • вимоги до підготовки робочого простору, реквізиту та власного психофізичного апарату перед виконанням складних технічних елементів. **вміти**: • реалізовувати базові прийоми жонглювання, акробатичні зв'язки та пластичні етюди з високим рівнем самоконтролю (рівноваги, координації та ритму); • органічно поєднувати акторську гру з цирковими прийомами, використовуючи міміку та пластику як основні інструменти виразності; • грамотно та креативно застосовувати циркове приладдя як дієвий елемент театральної постановки; • виконувати групові трюки та номери, дотримуючись принципів партнерської довіри та командної синхронності; • оперативно застосовувати навички ексцентрики в умовах зміни сценічних обставин, зберігаючи цілісність персонажа; • синтезувати циркові техніки з драматичною дією для створення яскравих сценічних форм.
Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)	**Аналітичні навички**: Здатність аналізувати ексцентричну сценічну дію та набуті жонглерські навики як цілісний процес, усвідомлюючи взаємозв'язок між рухом, ритмом, роботою з предметом, партнерською взаємодією та їхнім впливом на створення виразного акторського образу. **Навички критичного мислення:** здатність критично осмислювати ексцентричні та жонглерські прийоми, оцінювати їхню доцільність і художню ефективність у конкретному сценічному контексті, аналізувати власні виконавські рішення та коригувати їх відповідно до режисерського задуму й жанрових особливостей вистави**. Комунікаційні навички:** здатність ефективно комунікувати з партнерами на сцені та в репетиційному процесі, використовуючи невербальні засоби, ритм, рух і взаємодію з предметом для досягнення узгодженої сценічної дії та виразного художнього результату.
Теми	**Тема 1 Вступ до дисципліни**. Ексцентрики та жонглювання в акторській професії. **Тема 2. Фізична підготовка та розвиток координації** Розвиток сили, гнучкості, витривалості, пластики і рівноваги

	Тема 3. Базові акробатичні та гімнастичні елементи Сценічні падіння (каскади), прості акробатичні трюки, перекиди, підтримки, використання матів та страхувальних засобів. **Тема 4. Робота з жонглерським реквізитом** Жонглювання, робота з булавами, обручами, контактне жонглювання, балансування. **Тема 5. Партнерування та групова взаємодія** Основи парного жонглювання (перекидки) та групові акробатичні підтримки. **Тема 6. Імпровізація та творчий експеримент** Створення сценічних етюдів, поєднання трюків з акторською грою, розвиток креативності. **Тема 7. Сценічна майстерність та циркові прийоми** Міміка, пантоміма, пластика, розвиток сценічної харизми та емоційної виразності. Поєднання трюку з акторським завданням. Робота над виразністю міміки та жесту в момент фізичного навантаження. **Тема 8. Командна робота та безпека на сцені** Спільні акробатичні вправи, партнеринг, правила безпеки під час виконання номерів
Пререквізити	Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з дисциплін «Танець», «Майстерність актора», «Сценічний рух», достатніх для сприйняття категоріального апарату акторської майстерності.
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу	Презентація, лекції, колаборативне навчання (форми – групові проекти, спільні розробки), дискусія, тренінг.
Необхідне обладнання	Навчання проводиться за допомогою циркового реквізиту (булави, кільця, м'ячики, хулахупи, гімнастична лонжа тощо). Вивчення курсу потребує використання загальновживаних програм і операційних систем, доступу до мережі Інтернет. Проектор, ноутбук, звукові колонки. Інтерактивний комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни: аудіо-, відеоматеріали, підручники і навчальні посібники, методичні рекомендації і вказівки.
Література для вивчення дисципліни	Уся література, яку здобувачі вищої освіти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Здобувачі вищої освіти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел інформації, яких немає у списку рекомендованих. **Основна література:** 1. Вікторов, С. «Основи жонглювання та балансування» – Харків, 2017. 2. Головченко М. Р. Переродження сучасного українського циркового мистецтва у сценічної репрезентації альтернативного цирку «Raw Art» // Музичне мистецтво XXI століття: історія, теорія практика: збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Серія «Мистецтвознавство». Дрогобич: ДДПУ імені Івана Франкаю 2016. №2. С. 132-136. 3. Гольдштейн, Б. «Циркове мистецтво: Основи та техніки» – К., 2015. 4. Гріньє Т. Музична ексцентрика на естраді в епоху глобалізації // Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого. - 2016. - Вип. 18. 5. Десятник, Г. О., & Лимар, Л. Д. Основи акторської майстерності в екранній творчості. Інститут журналістики КНУ імені Тараса Шевченка. 2020. 6. Кашеваров В., Орел Д. Сценічно-технічна підготовка в циркових жанрах: техніка безпеки, манеж, реквізит : навч. посіб. Київ : КМАЕЦМ, 2018. 75 с.

<table>
<tr><td></td><td>7. Лук’яненко, О. «Психологія циркового виконавця» – К., 2016
8. Міжнародні журнали циркового мистецтва: «Circus Arts Review», «Journal of Performance Arts» – матеріали останніх років.
9. Смирнов, А. «Трюки та реквізит у цирковому мистецтві» – К., 2017.
10. Старостін Ю. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора [Електронний ресурс] / Ю. О. Старостін // Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого. - 2019. - Вип. 24.
11. Філіпов, В. «Циркова акробатика: Теорія та практика» – Харків, 2016.
12. Циркова академія «Circus Arts Academy» – міжнародна онлайн-платформа з навчання цирковим технікам.
13. Відеоуроки та майстер-класи:YouTube-канал «Circus Skills» – безкоштовні відеоуроки з основ циркового мистецтва.
14. YouTube-канал «Cirque du Soleil» – офіційний канал з виступами та за лаштунками.</td></tr>
<tr><td>Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)</td><td>Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням:
• практичні/самостійні тощо: 70% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 70.
• індивідуальне творче завдання 20% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 20.
Поточний контроль та оцінювання проводиться безпосередньо на практичних заняттях.
Семестровий контроль проводиться з метою визначення успішності розвитку студентів та засвоєння ними навчальної програми.
Для проведення семестрового контролю обов’язковою є здача індивідуального творчого завдання самостійної роботи.
Форма семестрового контролю: залік (творчий залік: виконання практичного завдання).
<table>
<tr><th>Види робіт.
Критерії оцінювання знань студентів</th><th>Макс. кі-сть балів</th></tr>
<tr><td>1. Бали за практичні заняття</td><td>10 балів</td></tr>
<tr><td>Студент виявляє високу активність та сумлінність у засвоєнні психофізичних тренінгів. Продемонстровано стабільний прогрес у володінні реквізитом, точність виконання технічних алгоритмів жонглювання та акробатики. Студент здатен до самостійного аналізу біомеханіки руху та творчого пошуку ексцентричних рішень у межах навчальних завдань.</td><td>9–10</td></tr>
<tr><td>Студент регулярно відвідує заняття та послідовно опановує програму. Технічні вправи виконуються впевнено, з дотриманням ритмічної структури та правил безпеки. Спостерігається належна координація, проте іноді бракує пластичної свободи або імпровізаційної ініціативи під час поєднання фізичної дії з акторським завданням.</td><td>7–8</td></tr>
<tr><td>Студент бере участь у навчальному процесі, проте засвоєння складних координаційних елементів (наприклад, жонглювання трьома предметами) відбувається повільно. Виконання вправ має репродуктивний характер; спостерігається фокусування на механіці руху при втраті акторської органіки. Потребує постійних зауважень викладача щодо корекції техніки.</td><td>5–6</td></tr>
<tr><td>Студент демонструє фрагментарну присутність або низьку залученість у практичну роботу. Рівень психофізичної готовності до виконання завдань є недостатнім; зафіксовано значні труднощі у координації та утриманні рівноваги. Робота з реквізитом є невпевненою і часто призводить до порушення логіки вправи.</td><td>3–4</td></tr>
<tr><td>Студент пасивно присутній на заняттях, не виявляє інтересу до опанування специфічних навичок дисципліни. Виконання елементарних вправ супроводжується грубими технічними помилками та ігноруванням ме-</td><td>1–2</td></tr>
</table></td></tr>
</table>

тодичних рекомендацій, що свідчить про несформованість базових рухових навичок.	
Повна відсутність студента на практичних заняттях без поважних причин або категорична відмова від виконання фізичних вправ та роботи з реквізитом.	0
2. Шкала оцінювання індивідуального завдання	**20 балів**
Студент демонструє високий рівень психофізичної мобільності та впевнене володіння інструментарієм ексцентрики. Практичне завдання (етюд або комбінація вправ) має логічну завершеність; технічні елементи (жонглювання, каскади, еквілібр) органічно інтегровані у художній образ. Виявляється здатність до продуктивної імпровізації, збереження сценічної органіки та суворе дотримання правил безпеки.	18–20
Студент виявляє належний рівень сформованості професійних навичок та ритмічну точність виконання технічних модулів. Взаємодія з предметом та партнером є професійно коректною, проте в акторському втіленні спостерігається певна дискретність (відсутність безперервного внутрішнього обґрунтування) між фізичним трюком та образом.	15–17
Студент володіє необхідним обсягом практичних навичок, проте під час виконання завдань спостерігається недостатня пластична свобода та надмірна концентрація на механічному боці вправ. Структура показу має переважно репродуктивний характер; вимоги щодо техніки безпеки виконуються, проте художній рівень залишається обмеженим.	12–14
Студент демонструє задовільне засвоєння програми, але припускається суттєвих помилок у координації рухів під час поєднання декількох видів активності. Спостерігаються труднощі у темпо-ритмічній організації дії та фрагментарність у використанні сценічного реквізиту.	9–11
Студент демонструє низький рівень володіння базовими компетентностями. Виконання завдань характеризується відсутністю координаційного контролю, порушенням цілісності етюду та частими технічними збоями, що не знаходять художнього виправдання.	5–8
Показ має хаотичний характер; зафіксовано неспроможність студента реалізувати елементарні технічні алгоритми (жонглювання, каскади). Робота з реквізитом є неконтрольованою, що свідчить про ігнорування принципів сценічної безпеки та методичних рекомендацій.	1–4
Повна відсутність практичних навичок, відмова від демонстрації завдання або грубе порушення правил безпеки, що унеможливлює позитивну оцінку.	0
3. Самостійна робота студентів	
Самостійна робота студентів, яка передбачена в темі поряд з аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному практичному занятті. Засвоєння тем, які виносяться лише на самостійну роботу контролюється при підсумковому семестровому контролі, до самостійної роботи здобувачів відноситься їхнє відвідування наукових конференцій чи публічних подій, лекцій, воркшопів, пов’язаних із темами дисципліни.	10
4. Індивідуальна робота студентів	
Здобувачі вищої освіти можуть отримати додаткові бали за науково-дослідну та прикладну діяльність у межах дисципліни, зокрема за підготовку доповідей про історію комічного трюку, участь у тематичних конференціях чи круглих столах. Оцінюються також індивідуальні творчі напрацювання: розробка авторських ексцентричних партитур, апробація методів маніпуляції з реквізитом на сценічному майданчику та пропозиції щодо вдосконалення методики безпечного виконання каскадів (падінь). Окремим видом активності є підготовка демонстраційних матеріалів або відеоаналізу біомеханіки жонглювання, що сприяють глибшому засвоєнню навчального матеріалу.	10

Академічна доброчесність: Очікується, що роботи студентів будуть оригінальними, самостійно підготованими, нескопійованими. **Відвідання занять** є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти

	відвідають усі лекції і практичні зайняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом. **Література.** Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих. **Політика виставлення балів.** Враховуються бали, набрані в часі лекційних та практичних занять, виконання самостійної роботи, та бали за виконання практичних завдань. При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях; недопустимість пропусків та запізнень на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов'язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.
Питання (завдання) заліку.	**Засоби діагностики навчання:** Виконання індивідуальних завдань, а саме: практичний показ набутих навиків, вправи, завдання, тести.
Дотримання умов доброчесності	**Академічна доброчесність**: Очікується, що роботи здобувачів вищої освіти в частині НДР будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших здобувачів вищої освіти становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача вищої освіти є підставою для її незарахуванням викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. **Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.** Принципи доброчесності в Університеті та відповідність показникам забезпечення якості вищої освіти регламентовано НАЗЯВО та положеннями Центру забезпечення якості освіти Львівського національного університету імені Івана Франка. Сайт НАЗЯВО: https://naqa.gov.ua/ Центру забезпечення якості освіти ЛНУ: http://education-quality.lnu.edu.ua/accreditation/university-documents/ Онлайн курс «Академічна доброчесність» викладений за посиланням: https://vumonline.ua/course/academic-integrity-at-the-university/.
Навчання іноземною мовою	У процесі викладання навчальної дисципліни можливе використання матеріалів та джерел іноземною (польською, англійською) мовою.
Позааудиторні заняття	Передбачається в межах вивчення навчальної дисципліни участь в конференціях, форумах, круглих столах тощо (за активну участь отримують додаткові бали). У рамках неформальної освіти здобувачі можуть самостійно проходити курси на онлайн платформах за темами навчальної дисципліни.
Опитування	Анкету-оцінку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу.