

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УЛЬЯНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Факультет культуры и искусства

Кафедра актерского искусства

А.В. Храбсков

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ
К СЕМИНАРСКИМ (ПРАКТИЧЕСКИМ) ЗАНЯТИЯМ И
ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ТРЕНИНГ» СПЕЦИАЛЬНОСТИ
52.05.01 «АКТЕРСКОЕ ИСКУССТВО» ВСЕХ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ**

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

52.05.01 «Актерское искусство»

Специализация «Артист драматического театра и кино»

КВАЛИФИКАЦИЯ

«Артист драматического театра и кино»

Формы обучения – очная, очно-заочная

ДИСЦИПЛИНА

«Тренинг»

Ульяновск 2017

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Практические и семинарские занятия

Практические и семинарские занятия относятся к основным видам учебных занятий наряду с лекцией, лабораторной работой, контрольной работой, консультацией, самостоятельной работой, производственной практикой, курсовым проектированием, выполнением выпускной квалификационной работы.

Выполнение студентами, практических и семинарских заданий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных практических знаний по конкретным темам дисциплин различных циклов;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- развитие личностных качеств, направленных на устойчивое стремление к самосовершенствованию: самопознанию, самоконтролю, самооценке, саморазвитию и саморегуляции;
- развитие интеллектуальных умений;
- выработку таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

Дисциплины, по которым планируются практические и семинарские занятия и их объемы, определяются рабочими учебными планами. Содержание практических и семинарских заданий определяется в рабочих программах дисциплин.

Практические и семинарские занятия проводятся под руководством преподавателя.

Практические занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности учащихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение студентами по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Практические занятия, включенные в изучение дисциплины, направлены на формирование у студентов практических умений, развитие навыков командной работы, коммуникативной компетентности, понимания теории и практики творческого и профессионального процессов, а также общекультурных и/или профессиональных компетенций, предусмотренных ФГОС ВО по специальности 52.05.01. «Актерское искусство». Семинарское занятие - одна из форм практических занятий, проводимых по наиболее сложным вопросам (темам, разделам) с целью формирования и развития у обучающихся навыков самостоятельной работы, научного мышления, умения активно участвовать в творческой дискуссии, делать выводы, аргументировано излагать свое мнение и отстаивать его.

1.2 Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Самостоятельная работа студентов (далее СРС) в ВУЗе является важным видом учебной, научной и творческой деятельности студента и должна стать эффективной и целенаправленной работой студента.

В соответствии с требованиями ФГОС, формирование компетенций происходит в течение всего периода обучения через участие студентов в практических занятиях, выполнении контрольных заданий и тестов, написание курсовых и выпускных

квалификационных работ. При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса.

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Задачами СРС являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

2. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ (СЕМИНАРСКИХ) ЗАНЯТИЙ

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности студентов; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Основные задачи практических занятий и семинаров:

- обучение студентов практическим приемам и методам анализа теоретических положений и концепций учебной дисциплины;
- приобретение студентами умений и навыков использования современных теоретических и научно-технических методов в решении конкретных практических задач;
- развитие творческого профессионального мышления, профессиональной и познавательной мотивации;
- использование профессиональных знаний в учебных условиях - овладение терминологией соответствующей дисциплины, навыками оперирования формулировками, понятиями, определениями, умениями и навыками постановки и решения интеллектуальных проблем и задач;
- повторение и закрепление знаний;
- развитие научного мышления, речи, общения с аудиторией и т.д.; организации оперативной обратной связи руководителя занятия и студентов.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

В традиционных технологиях на практических занятиях проводятся последовательное решение задач или выполнение упражнений с применением ранее изученного теоретического материала.

В активных и интерактивных образовательных технологиях доминируют игровые процедуры, используются принципы моделирования, предусматривается интенсивное межличностное общение, реализуются принципы партнёрства, педагог превращается из информатора в менеджера.

Семинары могут проходить в виде выступлений студентов с докладами, рефератами и их обсуждением; интеллектуального и коммуникативного тренинга; КВН смысленных и внимательных; брейн-ринга (соревнование интеллектуалов).

Практические занятия и семинары должны осуществить обучение в обстановке максимального приближения к реальной жизни, увязать теоретический материал с практической деятельностью.

Содержание практических занятий и семинаров должно соответствовать требованиям рабочей программы по дисциплине.

Главным содержанием практического занятия является практическая работа каждого студента.

Практическое занятие состоит из трех основных частей:

- Во вступительной части проводится проверка готовности студентов к занятию и инструктаж по технике безопасности (при необходимости), определение последовательности работы на них.
- В основной части занятия студенты выполняют задание, а контроль его исполнения (полнота и качество) и помощь осуществляет руководитель занятия.
- В заключительной части руководитель занятия подводит итоги занятия, дает задание на самостоятельную работу группе и отдельным студентам.

Требования к практическим занятиям и семинарам: актуальность, научность, связь с другими видами учебных занятий по дисциплине и связь с другими дисциплинами.

Материал, выносимый на практические занятия и семинары должен:

- содержать современные достижения науки и техники в области изучаемой дисциплины;
- быть максимально приближен к реальной профессиональной деятельности выпускника;
- опираться на знания, умения и компетенции уже сформированные у студентов на предшествующих занятиях по данной или обеспечивающей дисциплине, поддерживать связь теоретического и практического обучения;
- стимулировать интерес к изучению дисциплины;
- опираться на организованную самостоятельную работу студентов.

3. ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В образовательном процессе высшего профессионального образовательного учреждения выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, и внеаудиторная. Тесная взаимосвязь этих видов работ предусматривает дифференциацию и эффективность результатов ее выполнения и зависит от организации, содержания, логики учебного процесса (межпредметных связей, перспективных знаний и др.):

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и практическим работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- подготовка практических разработок;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- подборка иллюстративного материала;

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий);
- выполнение заданий (проектов) в рамках дисциплин;
- выполнение творческих работ (руководство, консультирование);
- прохождение и оформление результатов практик (руководство и оценка уровня сформированности компетенций);
- выполнение выпускной квалификационной работы (руководство, консультирование и защита выпускных квалификационных работ) и др.

4. ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, объема часов на ее изучение, вида заданий для самостоятельной работы студентов, индивидуальных качеств студентов и условий учебной деятельности.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

- подготовительный (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования);
- основной (реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);
- заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

Проектирование самостоятельной работы студентов опирается на её уровни, определяемые сложностью познавательной деятельности.

- **Репродуктивная самостоятельная работа** предполагает работу студентов, использующих методические материалы и пособия, в которых указывается последовательность изучения материала дисциплины, обращается внимание на особенности изучения отдельных тем и разделов, представляются алгоритмы решения типовых задач. Закрепление и уточнение знаний достигается с помощью специальной системы упражнений, тренажеров, решением алгоритмических (типовых) задач.

- **Познавательно-поисковая (реконструктивная) самостоятельная работа** предполагает выполнения заданий с обязательным преобразованием информации

(подготовка к аудиторным занятиям, деловым играм и тематическим дискуссиям; подготовка сообщений, докладов и выступлений на семинарских и практических занятиях; подбор литературы; выполнение контрольных работ; составление планов, конспектов, аннотаций; выполнение упражнений, схем/чертежей, расчетно-графических работ; решение ситуационных, практических/ профессиональных задач; моделирование компонентов профессиональной деятельности и т.д.).

• **Творческая самостоятельная работа** предполагает анализ проблемной ситуации, получение новой информации, самостоятельный выбор средств и методов решения задач (самостоятельное составление различных текстов, учебно-исследовательские и проектные задания, курсовые и дипломные работы). Формирование умений творческого характера достигается при подготовке научных докладов, индивидуальных нестандартных заданий, при поиске новых способов решения задач, новых вариантов опыта, овладении новых способов деятельности и т.п. Такие задания нацеливают студентов на развитие у них навыков творческого мышления, инновационных методов решения поставленных задач.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя студент должен:

– освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем в соответствии с ФГОС ВО 52.05.01. «Актерское искусство» по данной дисциплине.

– планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем.

– самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины.

– выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

Студент может:

сверх предложенного преподавателем (при обосновании и согласовании с ним) и минимума обязательного содержания, определяемого ФГОС ВО 52.05.01. «Актерское искусство» по данной дисциплине:

– самостоятельно определять уровень (глубину) проработки содержания материала;

– предлагать дополнительные темы и вопросы для самостоятельной проработки;

– в рамках общего графика выполнения самостоятельной работы предлагать обоснованный индивидуальный график выполнения и отчетность самостоятельной работы;

– предлагать свои варианты организационных форм самостоятельной работы;

– использовать для самостоятельной работы методические пособия, учебные пособия, разработки сверх предложенного преподавателем перечня;

– использовать не только контроль, но и самоконтроль результатов самостоятельной работы в соответствии с методами самоконтроля, предложенными преподавателем или выбранными самостоятельно.

Эффективность усвоения поступающей информации зависит от работоспособности человека в тот или иной момент его деятельности.

Работоспособность - способность человека к труду с высокой степенью напряженности в течение определенного времени. Различают внутренние и внешние факторы работоспособности.

К внутренним факторам работоспособности относятся интеллектуальные особенности, воля, состояние здоровья.

К внешним:

- организация рабочего места, режим труда и отдыха;
- уровень организации труда - умение получить справку и пользоваться информацией;
- величина умственной нагрузки.

Активная самостоятельная работа студентов возможна только при наличии серьезной и устойчивой мотивации. Самый сильный мотивирующий фактор – подготовка к дальнейшей эффективной профессиональной деятельности. Среди факторов, способствующих активизации самостоятельной работы можно выделить следующие:

1. *Полезность* выполняемой работ заключается в том, что результаты самостоятельной работы могут быть использованы на семинарских и практических занятиях, при подготовке публикации, конкурсу, выставке. Другим вариантом использования фактора полезности является активное применение результатов работы в профессиональной подготовке.

2. *Творческая деятельность*. Это может быть участие в научно-исследовательской, опытно-конструкторской, методической или творческой работе, проводимой на той или иной кафедре.

3. *Участие* в олимпиадах по учебным дисциплинам, конкурсам научно-исследовательских или прикладных работ и т.д.

4. *Участие* в научно-практических конференциях.

5. *Участие* в конкурсах и выставках.

6. *Участие в грантовых конкурсах*.

5. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ УЧЕБНОЙ И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

При остром недостатке времени у студентов встает вопрос об оптимизации обучения, то есть такой организации учебного процесса, которая обеспечила бы условия для продуктивного самообучения и самовоспитания. Важнейшую роль здесь играет овладение способами самостоятельной работы. Речь идет о том, что чтобы, прежде всего, научиться рациональному использованию времени при работе с книгой.

В этом особенно нуждаются первокурсники, которые еще недостаточно владеют навыками умственной деятельности, обеспечивающей успешное обучение.

Начинать самостоятельные занятия следует с первых же дней учебы в вузе. Первые дни семестра важны, чтобы включиться в работу, установить определенный равномерный ритм на весь семестр. Чтобы выполнить весь объем самостоятельной работы, необходимо заниматься самостоятельно по 4-5 часов ежедневно, кроме выходных дней.

Под ритмом работы понимают ежедневные занятия в одни и те же часы, при чередовании их с перерывами для отдыха. Вначале для организации ритмичной работы требуется сознательное напряжение воли, затем принуждение снимается, возникает привычка и работа становится потребностью.

Ритмичная работа позволяет студенту заниматься много, не уставая, не снижая производительности и не перегружая себя. Для этого необходимо:

- Сменять один вид работы другим, что позволяет сохранять высокую работоспособность, поскольку при однообразных видах занятий человек утомляется больше, чем при работе разного характера.

- Заниматься несколькими предметами в один и тот же день не всегда целесообразно, поскольку при каждом переходе нужно вновь концентрировать внимание и затрачивать время.

- Умение сосредотачиваться – необходимое условие для умственного труда, иначе работа оказывается малопродуктивной и даже бесполезной.

- Начинать занятия немедленно, как только сел за стол. Следует начинать с уверенностью, что вскоре придет сосредоточенное состояние, но, если внимание наступает не сразу или нарушается на время, нужно выяснить и устранить причины этого.

- Нужно научиться не прерывать внимания, пока читаемое не получит логического завершения, пока не будет пройден какой-либо этап. Нередко внимание отвлекается посторонними мыслями, которые во время занятий следует решительно отгонять. Перерыв в занятиях следует приурочить к концу изучения параграфа, раздела или главы книги, так как в этом случае не будет потери времени при возобновлении работы. Умение сосредоточиться, углубиться в работу приобретается в результате практики, создающей определенные навыки.

- Повысить производительность умственного труда может порядок на рабочем месте и обстановка, благоприятствующая работе.

Большая часть самостоятельной работы студента состоит в **изучении литературы**. Одна из задач студента – научиться самостоятельно работать с книгой, а это требует определенных затрат энергии и времени. Поэтому надо научиться делать эту работу рационально, то есть необходимо учиться читать.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНОВ ПО ОТДЕЛЬНЫМ ФОРМАМ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Как работать с учебной и научной книгой

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги.

Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил.

Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу.

Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода).

При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа.

Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем.

Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались.

Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия.

Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Различают два вида чтения; первичное и вторичное. *Первичное* - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах. После него не должно остаться ни одного непонятого слова. Содержание не всегда может быть понятно после первичного чтения.

Задача *вторичного* чтения полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым).

Методы эффективной работы с книгой в целях развития интеллекта можно условно разделить на две группы:

1. Правильная организация процесса чтения
2. Повышение скорости чтения и восприятия.

В комплексе оба метода могут в 2-3 раза сократить время прочтения различных материалов.

Возможны три основных способа чтения.

- Первый способ – артикуляция или проговаривание вслух (или почти вслух) того, что читаешь. Скорость такого чтения невелика.

- Второй способ – чтение про себя, при котором речевой процесс проявлен в форме внутренней речи, то есть без открытой артикуляции. Текст, при этом усваивается более эффективно. Способ в принципе допускает быстрое чтение.

- Третий, наиболее совершенный способ чтения – тоже молча, но в условиях максимального сжатия внутренней речи, при котором она проявляется в виде коротких залпов ключевых слов и смысловых рядов, адекватно отражающих смысл текста.

Большое значение при чтении учебной и научной литературы имеет умение запоминать прочитанный материал, а для этого необходимо тренировать память. Существуют приемы, позволяющие тренировать память, которыми необходимо овладеть, что позволит повысить эффективность работы с учебной и научной литературой.

Тренировка памяти. В учебной деятельности важно не только, и не столько быстро читать, но и усваивать материал, сохранять в памяти. Память прекрасно тренируема и управляема. Однако прежде чем ее развивать, подумайте, какая именно память вам нужна: на идеи, на логику изложения материала, на схемы и формулы. Это разные виды памяти и развивать их надо по-разному.

Наблюдая за собой, выясните, как вам легче запомнить информацию – если вы ее видите, слышите или записываете. В дальнейшем постарайтесь так организовать работу, чтобы максимально использовать ведущий тип своей памяти.

Если у вас хорошая **зрительная память**, то хорошо запоминаются рисунки, расположение информации на странице, цвет и т.д. помогите себе, выделяя цветными карандашами отдельные места конспекта, обводя рамками, делая значки, пометки на полях, представляя зрительно отдельные аспекты текста.

При хорошей **слуховой памяти** лучше запоминается звучащая речь. Используйте эту особенность, выделяя интонацией, тембром голоса отдельные места текста, слушая его в записи на магнитофоне, рассуждая в слух и т.д.

В случае **памяти на движение** помогает повторная сокращенная запись запоминаемого материала, например, выводов, основных положений текста, рисование таблиц, графиков, схем, а при выполнении лабораторных работ лучше все потрогать и проделать самому.

Наряду с использованием ведущего типа памяти, специально позаботьтесь и о развитии отстающих, так как при многих видах профессиональной деятельности они также могут потребоваться.

Использование приемов логического, осмысленного запоминания в несколько раз повышает продуктивность деятельности. Например, при запоминании лекции, глав

учебников особенно действенным является основные аспекты содержания, но и запомнить логику – целесообразную связь отдельных частей материала.

Любая информация запоминается лучше, если в ней намечены какие-то спорные моменты – ориентиры. При запоминании текста выделяйте «смысловые опорные пункты», которые легко запоминаются, но с которыми тесно связаны целые фрагменты материала. Это может быть крылатая фраза, яркая цитата, пример, идея и т.д.

Предпосылкой хорошей памяти являются осознание человеком своей деятельности и разграничение информации на ту, которая решающим образом помогает скорейшему достижению своих целей, и на менее существенную информацию. Начинайте любое дело с четкой и ясной формулировки его цели; определите, какая информация может оказать решающее воздействие на ее достижение, и сконцентрируйтесь на ней.

Прочному запоминанию способствует многомодельность восприятия, то есть запоминаемый текст читается, проговаривается и прослушивается. Везде, где это возможно, постарайтесь использовать три приема (слух, зрение и чувства) обработки запоминаемой информации сразу несколько органов чувств.

Правила самостоятельной работы с литературой.

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания. Основные советы здесь можно свести к следующим:

- Составить перечень книг, с которыми Вам следует познакомиться;
- Сам такой перечень должен быть систематизированным (что необходимо для семинаров, что для экзаменов, что пригодится для написания курсовых и дипломных работ, а что Вас интересует за рамками официальной учебной деятельности, то есть что может расширить Вашу общую культуру).
- Обязательно выписывать все выходные данные по каждой книге (при написании курсовых и дипломных работ это позволит очень сэкономить время).
- При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями и научными руководителями, которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время.
- все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).
- Если книга – Ваша собственная, то допускается делать на полях книги краткие пометки или же в конце книги, на пустых страницах просто сделать свой «предметный указатель», где отмечаются наиболее интересные для Вас мысли и обязательно указываются страницы в тексте автора.
- Если Вы раньше мало работали с научной литературой, то следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты; для этого лучший прием – научиться «читать медленно», когда Вам понятно каждое прочитанное слово (а если слово незнакомое, то либо с помощью словаря, либо с помощью преподавателя обязательно его узнать), и это может занять немалое время (у кого-то – до нескольких недель и даже месяцев); опыт показывает, что после этого студент каким-то «чудом» начинает буквально заглатывать книги и чуть ли не видеть «сквозь обложку», стоящая эта работа или нет...

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанно читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Выделяют *четыре основные установки в чтении научного текста:*

1. информационно-поисковый (задача – найти, выделить искомую информацию);
2. усваивающая (усилия читателя направлены на то, чтобы как можно полнее осознать и запомнить как сами сведения излагаемые автором, так и всю логику его рассуждений);
3. аналитико-критическая (читатель стремится критически осмыслить материал, проанализировав его, определив свое отношение к нему);
4. творческая (создает у читателя готовность в том или ином виде – как отправной пункт для своих рассуждений, как образ для действия по аналогии и т.п. – использовать суждения автора, ход его мыслей, результат наблюдения, разработанную методику, дополнить их, подвергнуть новой проверке).

С наличием различных установок обращения к научному тексту связано существование и нескольких **видов чтения**:

1. библиографическое – просматривание карточек каталога, рекомендательных списков, сводных списков журналов и статей за год и т.п.;
2. просмотровое – используется для поиска материалов, содержащих нужную информацию, обычно к нему прибегают сразу после работы со списками литературы и каталогами, в результате такого просмотра читатель устанавливает, какие из источников будут использованы в дальнейшей работе;
3. ознакомительное – подразумевает сплошное, достаточно подробное прочтение отобранных статей, глав, отдельных страниц, цель – познакомиться с характером информации, узнать, какие вопросы вынесены автором на рассмотрение, провести сортировку материала;
4. изучающее – предполагает доскональное освоение материала; в ходе такого чтения проявляется доверие читателя к автору, готовность принять изложенную информацию, реализуется установка на предельно полное понимание материала;
5. аналитико-критическое и творческое чтение – два вида чтения близкие между собой тем, что участвуют в решении исследовательских задач. Первый из них предполагает направленный критический анализ, как самой информации, так и способов ее получения и подачи автором; второе – поиск тех суждений, фактов, по которым или в связи с которыми, читатель считает нужным высказать собственные мысли.

Из всех рассмотренных видов чтения основным для студентов является изучающее – именно оно позволяет в работе с учебной литературой накапливать знания в различных областях.

Формы ведения записей

Самостоятельная работа с книгой может быть успешной, если текст не только прочитан, но и законспектирован. Существует несколько **форм записей**, но любая форма записи не даст нужного результата, если не будет пробуждать мысли того, кто ее ведет, если отсутствует активная работа ума и формирование своих выводов из прочитанного.

Выбор формы записи зависит от индивидуальных особенностей человека, его образованности и опыта. При этом не меньшую роль играет назначение записей, то есть то, какие задачи ставит перед собой человек (для самообразования, для выступления на семинаре, для использования в будущем).

Основные виды систематизированной записи прочитанного:

1. Аннотирование – предельно краткое связанное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения;
2. Планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала;
3. Тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала;
4. Цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора;

5. Конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

Конспект – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

Введение записей мобилизует наряду со зрительной памятью, также и моторную память. Кроме того, у человека, систематически ведущего записи изучаемой литературы, создается свой фонд материалов для быстрого повторения и мобилизации накопленных знаний.

1. План - наиболее краткая форма записи. Это перечень вопросов, рассматриваемых в книге или статье. План обычно раскрывает структуру, логику автора, способствует лучшей ориентации в содержании.

Составление плана приучает логически мыслить, вырабатывать умение сжато и последовательно излагать суть вопроса в письменной и устной форме.

Существует два способа составления плана: работа над ним по ходу чтения и составление плана после ознакомления с текстом.

Различают простой и развернутый план. В отличие от простого плана развернутый план не только содержит перечисление вопросов, но и раскрывает основные идеи произведения, может включать выдержки из него, схемы, таблицы. Планом, особенно развернутым, необходимо пользоваться при написании выступления или статьи.

В целом развернутый план дает гораздо большее представление о произведении, его основных идеях, задачах, которые в нем решаются. Он может включать положения, замечания, собственные мысли студента.

Составление планов помогает вырабатывать способность к отвлеченному, абстрактному мышлению, но наибольшую пользу составление плана даст подготовленным лицам, которые бывают достаточно лишь взглянуть на перечень основных вопросов, чтобы воспроизвести содержание прочитанного.

2. Тезисы – более сложная и совершенная форма записи, чем составление плана.

Это сжатое изложение основных мыслей прочитанного текста или подготовляемого выступления. Особенностью тезисов является их утвердительный характер.

В них сосредотачивается самое главное, только выводы и обобщения, в них меньше доказательств, иллюстрации и пояснений. Тезисы не должны повторять дословно текст, но в ряде мест могут быть близки к нему, воспроизводя некоторые характерные выражения автора, важные для понимания хода его мыслей. Составление тезисов помогает глубже понять основные идеи текста, выделить главное в нем; приучают сжато, точно и четко сформулировать свои мысли, повышает культуру речи и письма. Различают простые и сложные, развернутые тезисы. Если записывают только утверждение чего – либо, такой тезис называют простым, а сложным тезисом будет выражение главной мысли, содержащее, кроме утверждения, еще и краткое ее доказательство.

Рекомендуется делать тезисные записи своими словами, причем можно записывать один абзац за другим, учитывая смысловую связь между ними. Но в большинстве случаев следует составлять сводный тезис, сложный по форме. При этом объединяется несколько утверждений, тесно связанных между собой.

Тезисы по содержанию очень близки к **конспекту**, но конспект носит более описательный характер, и его положения не столь категоричны, как в тезисах. Кроме того, конспект представляет собой более полную форму записи.

Следует отметить, что различие между формами записей условно, но в любой форме запись – важнейшая часть самостоятельной работы с книгой.

3. Выписки. Это записи текста из книги: теоретических положений, статистических данных, имеющих по мнению читателя важное значение.

Выписки бывают дословные (цитаты) и «свободные», когда мысли автора излагаются своими словами. Следует учесть, что большие отрывки, которые трудно цитировать, целесообразнее в краткой форме переложить своими словами, но «яркие» и важные места лучше выписывать дословно. Каждую цитату следует заключать в кавычки. Если ее берут из середины предложения, то после вводных кавычек ставят три точки. Ставят их и в конце цитаты, если из предложения опущены последние слова.

Выписки рекомендуется хранить в картотеке, конвертах или папках, на которых следует обозначить общую тему.

4. Аннотация – еще одна форма записи, являющаяся кратким обобщением содержания книги. Ею удобно пользоваться, если имеется намерение вернуться к изучаемому произведению. Аннотация может быть необходима и для того, чтобы не забыть о нем. При всей своей краткости аннотация может содержать отдельные фрагменты авторского текста, а не только оценку книги или статьи.

5. Резюме очень близко к аннотации. Это запись, являющаяся краткой оценкой прочитанного материала. Различие между ними состоит в том, что аннотация сжато характеризует произведение в целом, а резюме концентрирует внимание на его выводах, главных итогах.

6. Конспект – наиболее совершенная и наиболее сложная форма записи. Конспект представляет собой относительно подробное, последовательное изложение содержания прочитанного. В самом начале конспекта указывается фамилия автора, полное название произведения, издательство, год и место издания. При цитировании обязательная ссылка на страницу книги. Если цитата взята из собрания сочинений, то необходимо указать соответствующий том. Следует помнить, что четкая ссылка на источник – неперемutable правило конспектирования. Если конспектируется статья, то указывается, где и когда она была напечатана.

Формы конспекта могут быть разными и зависят от его целевого назначения (изучение материала в целом или под определенным углом зрения, подготовка к докладу, выступлению на занятии и т.д.), а также от характера произведения (монография, статья, документ и т.п.).

В случае, когда не ограничиваются переложением содержания, а фиксируют в конспекте и свои собственные суждения по данному вопросу или дополняют конспект соответствующими материалами их других источников, следует отводить место для такого рода записей. Рекомендуется разделить страницы тетради пополам по вертикали и в левой части вести конспект произведения, а в правой свои дополнительные записи, совмещая их по содержанию.

Конспектирование в большей мере, чем другие виды записей, помогает вырабатывать навыки правильного изложения в письменной форме важные теоретических и практических вопросов, умение четко их формулировать и ясно излагать своими словами.

Таким образом, составление конспекта требует вдумчивой работы, затраты времени и труда. Зато во время конспектирования приобретаются знания, создается фонд записей.

Конспект может быть текстуальным или тематическим. В **текстуальном конспекте** сохраняется логика и структура изучаемого произведения, а запись ведется в соответствии с расположением материала в книге. За основу тематического конспекта берется не план произведения, а содержание какой-либо темы или проблемы.

Текстуальный конспект желательно начинать после того, как вся книга прочитана и продумана, но это, к сожалению, не всегда возможно. В первую очередь необходимо составить план произведения письменно или мысленно, поскольку в соответствии с этим планом строится дальнейшая работа. Конспект включает в себя тезисы, которые составляют его основу. Но, в отличие от тезисов, конспект содержит краткую запись не только выводов, но и доказательств, вплоть до фактического материала. Иначе говоря,

конспект – это расширенные тезисы, дополненные рассуждениями и доказательствами, мыслями и соображениями составителя записи.

В конспект могут помещаться диаграммы, схемы, таблицы, которые придадут ему наглядность.

Составлению **тематического конспекта** предшествует тщательное изучение всей литературы, подобранной для раскрытия данной темы. Бывает, что какая-либо тема рассматривается в нескольких главах или в разных местах книги. А в конспекте весь материал, относящийся к теме, будет сосредоточен в одном месте. В плане конспекта рекомендуется делать пометки, к каким источникам (вплоть до страницы) придется обратиться для раскрытия вопросов. Тематический конспект составляется обычно для того, чтобы глубже изучить определенный вопрос, подготовиться к докладу, лекции или выступлению на семинарском занятии. Такой конспект по содержанию приближается к реферату, докладу по избранной теме, особенно если включает и собственный вклад в изучение проблемы.

7. Реферат – это один из самых сложных видов самостоятельной работы с книгой, а для этого следует овладеть более простыми приемами работы – разработкой плана, составлением тезисов и конспектов. Подготовка реферата и выступление с его изложением углубляет знания, расширяет кругозор, приучает логически, творчески мыслить, развивать культуру речи.

При просмотре литературы намечается ориентировочный план реферата, в который включается обычно 3-4 основных вопроса или раздела. В каждом из разделов формулируются подвопросы, помогающие последовательно раскрыть содержание проблемы.

В процессе изучения материала формулировки подвопросов и разделов обычно уточняются. При реферировании следует делать выписки, записывать мысли, возникающие при чтении; следует также точно записывать и определения тех понятий, которые будут использованы в реферате. Из прочитанной литературы нужно заимствовать не буквальный текст, а важнейшие мысли, идеи, теоретические положения; можно цитировать небольшие отрывки, приводить диаграммы, схемы, чертежи, но главное – высказывать собственные соображения по вопросам реферата. Приведенные выше советы следует рассматривать как примерные, предполагающие и другие подходы, поскольку у каждого человека вырабатываются свои приемы и навыки составления рефератов. Большую помощь в работе над рефератом оказывают предисловия к монографиям и сборникам. В них можно найти сведения о цели издания, а также о существующих пробелах в исследовании.

При разработке плана реферата важно учитывать, чтобы каждый его пункт раскрывал одну из сторон избранной темы, а все пункты в совокупности охватывали тему целиком. Различают несколько композиционных решений реферата: во-первых, хронологическое, когда тема раскрывается в исторической последовательности; во-вторых, описательное, при котором тема расчленяется на составные части, в целом раскрывающие определенное явление; в-третьих, аналитическое, когда тема исследуется в ее причинно-следственных связях и взаимозависимых проблемах. Важно следить за тем, чтобы каждый пункт плана был соотнесен с главной темой и не содержал повторения в других пунктах. Важными разделами реферата является вступление и заключение. Во вступлении надо обосновать актуальность темы, обозначить круг составляющих ее проблем, четко и кратко определить задачу своей работы. В заключении делаются краткие выводы, подводятся итоги. В конце реферата должен быть приложен список литературы.

В отличие от тематического конспекта реферат требует большей творческой активности, самостоятельности в обобщении изученной литературы, умения логически стройно изложить материал, оценить различные точки зрения на исследуемую проблему и высказать о ней собственное мнение. В реферате важно связать теоретические положения с практикой.

Итак, реферат – это самостоятельное произведение автора, которое должно свидетельствовать о знании литературы по данной теме, ее основной проблематике, отражать точку зрения автора реферата на эту проблематику, его умение осмысливать явления жизни на основе теоретических знаний.

При оценке реферата обычно руководствуются следующими критериями:

1. Удалось ли его автору раскрыть сущность данной проблемы;
2. Сумел ли автор показать связь рассматриваемой проблемы с жизнью;
3. Проявил ли автор самостоятельность и творческий подход в изложении реферата;
4. Можно ли считать реферат логически стройным и т.д.

Практические занятия

Для того чтобы практические занятия приносили максимальную пользу, необходимо помнить, что упражнения и решение поставленных задач проводятся по вычитанному на лекциях материалу и связаны, как правило, с детальным разбором отдельных вопросов лекционного курса. Следует подчеркнуть, что только после усвоения лекционного материала с определенной точки зрения (а именно с той, с которой он излагается на лекциях) он будет закрепляться на практических занятиях как в результате обсуждения и анализа лекционного материала, так и с помощью решения проблемных ситуаций, задач. При этих условиях студент не только хорошо усвоит материал, но и научится применять его на практике, а также получит дополнительный стимул (и это очень важно) для активной проработки лекции.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками.

Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Самопроверка

После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также решения достаточного количества соответствующих задач на практических занятиях и самостоятельно студенту рекомендуется, используя лист опорных сигналов, воспроизвести по памяти определения, выводы формул, формулировки основных положений и доказательств.

В случае необходимости нужно еще раз внимательно разобраться в материале.

Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала - умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу. Однако следует помнить, что правильное решение задачи может получиться в результате применения механически заученных формул без понимания сущности теоретических положений.

Консультации

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он

испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

Подготовка к экзаменам и зачетам

Изучение многих гуманитарных, социальных, экономических, общепрофессиональных и специальных дисциплин завершается экзаменом. Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На экзамене студент демонстрирует то, что он приобрел в процессе обучения по конкретной учебной дисциплине.

Экзаменационная сессия - это серия экзаменов, установленных учебным планом. Между экзаменами интервал 3-4 дня. В эти 3-4 дня нужно систематизировать уже имеющиеся знания. На консультации перед экзаменом студентов познакомят с основными требованиями, ответят на возникшие у них вопросы. Поэтому посещение консультаций обязательно.

Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время экзаменационной сессии для систематизации знаний.

Учитывая специфику практических занятий при подготовке специалистов по специальности 52.05.01. «Актерское искусство», формой экзамена по практическим дисциплинам является спектакль. Экзаменационный просмотр осуществляется преподавателями кафедры. Практические задания, выполняемые в течение семестра, рассматриваются в качестве итоговых результатов, засчитываются как общий результат (экзаменационная оценка) и выставляются в ведомость преподавателем, ведущим дисциплину. Форма проведения – показ спектакля. Коллектив преподавателей кафедры обсуждает актерские работы (роли), оценивает, выносит необходимые рекомендации по совершенствованию учебного процесса. Оформление и подача работ, участие в обсуждениях – эффективный инструмент подготовки студентов к практической профессиональной деятельности. Цель просмотра – эффективный обмен методическим и творческим опытом между студентами и преподавателями.

Задачи:

- оценка представленных на практических учебно-творческих работ;
- обсуждение качества выполнения заданий и их соответствие программным установкам и требованиям на каждом этапе обучения;
- отбор работ для комплектования методического фонда кафедры и участия в предстоящих выставках, конкурсах;
- подготовка рекомендаций о корректировке учебного процесса на основе анализа представленных работ, включая методические рекомендации, ведущим указанные дисциплины преподавателем.

Представляемые на показ работы оцениваются по следующим параметрам:

- соответствие объему и требованиям учебной программы;
- качество выполнения, соотносимого с качеством учебных работ в российской образовательной системе для специальности 52.05.01. «Актерское искусство»;
- проявление индивидуальности, поиск путей его формирования;
- завершенность работы.

Организация и проведение показа спектакля осуществляется выпускающей кафедрой. Работы студентов не представленные в срок - не могут получить положительную оценку. По окончании показа до сведения студентов доводятся его

результаты - оценка за экзамен, фиксируемый одновременно в экзаменационной ведомости.

Портфолио

«Портфолио» - способ организации самостоятельной познавательной деятельности студента. «Портфолио» – это не просто папка, в которой собирается информация, но и способ ее обработки, структурирования, творческого осмысления. В практике работы нашли свое место разные типы портфолио: портфель личностных достижений, включающий грамоты, гранты, дипломы, сертификаты, лучшие работы; портфель творческих сочинений, портфель самооценки, портфель аттестации по курсу, портфель конференции, портфель периодических изданий, собирающий информацию по определенной теме из газет и журналов; портфель проблемного семинара.

Портфолио и работа с ним требует особых шагов, которые организуют включение самостоятельной работы в образовательную систему. Логика этих шагов направлена на достижение главной цели – формирование системного, конструктивного, диалектичного, подвижного мышления через выполнение системы заданий и осмысление их результатов.

Эти шаги осуществляются в следующей последовательности.

- Мотивация на создание портфолио и отражение в нем стиля своей самостоятельной работы, ее рефлексии, результатов образования как лично значимого опыта познания

- Выбор типа портфолио и определение цели.

- Название компонентов-контейнеров, в которые будет собираться информация.

- Выбор специфических, особенных, индивидуальных его составляющих (источники информации, иллюстрации, видеофрагменты, анкеты, отзывы-оценки, проекты, дневник обучения, возникшие вопросы, листы наблюдений, компьютерные программы, таблицы и т.д.).

- Вид портфолио (блокнот, папка, набор, формы связи между частями, дайджест, органайзер, альманах, исследовательская работа, новый текст).

Информация, которая накапливается студентом, носит не однозначно заданный характер, а периодически подвергается переоценке, пересматривается с позиции выбранных целей. Информация из файла вынимается и получает новую форму научной статьи, рефлексивного самоотчета, опорной схемы, словаря терминов, системы ведущих идей. Лишняя информация выбрасывается, остается самое важное для дальнейшего изучения темы, для ее развития.

В качестве критериев для оценки портфеля можно использовать следующие варианты, осуществляя их отбор или создавая свои:

1. Аккуратность, оформление, конструктивность выполнения;
2. Факторы, отражающие понимание материала, темы, логики курса;
3. Организация портфеля;
4. Полнота отражения изучаемого материала;
5. Факторы рефлексии и самооценки;
6. Творчество;
7. Факторы, отражающие развитие автора;
8. Наглядность, используемая в портфеле;
9. Применимость знаний на практике;
10. Перспективность его результатов.

7. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Профессиональная деятельность актера является исполнительским видом искусства. Вопреки представлениям, актер напрямую не является автором художественного образа, который он создает на сцене. Этот образ создается на какой-либо литературной основе – тексте пьесы; инсценировки романа, повести, поэмы; киносценарии; прямой речи героя

в современных театральных жанрах, таких как вербатим. В этом смысле у актера так называемое вторичное авторство.

Первичным автором является драматург, сценарист, литератор. Актер является исполнителем уже написанного произведения. Подобно музыканту, исполняющему свою партию по уже написанным композитором нотам, актер исполняет свою роль по тексту. В чем же сходство и различие исполнителя-музыканта и исполнителя-актера?

Различия между этими исполнителями, прежде всего в том, что «продуктом» актерского творчества, в отличие от музыкального, является художественный образ, который создается не индивидуально, а совместно с режиссером, художником, композитором, вокалистом, хореографом. Это совместное творчество.

Сходство, в первую очередь, заключается в том, что почти всегда исполнение произведения происходит в ансамбле с другими исполнителями. У музыканта это оркестр, квартет, трио, дуэт, музыкальная группа и т.п. Актер на сцене тоже чаще всего работает в сложном ансамбле с другими исполнителями – партнерами, состоящими в труппе театра, или в составе какого-либо независимого театрального проекта (антрепризы).

Но самые важные сходства и различия лежат в области исполнительских средств. В частности, в инструментах исполнительского искусства.

Для музыканта все очевидно. У музыканта его инструмент – музыкальный – от скрипки до маракасов. А у актера его инструментом создания художественного образа является он сам, его внешние и внутренние (психофизические) проявления. В этом смысле инструмент актера включает в себя все: тело, голос, пластику, мимику, внутренний мир, мысли, чувства, темперамент и многое другое.

И, подобно музыкальному, актерский инструмент требует настройки – развития собственных способностей, и мастерства – развития исполнительских навыков и профессиональных умений.

Все виды искусств исторически развивались, транслируя, передавая от поколения к поколению, от учителя ученику наработанные практикой приемы, средства, методы создания или исполнения произведений искусства. Со временем в каждом виде искусства, таких как музыка, изобразительное искусство, литература, а также сценические искусства – балет, опера, мюзикл, сформировались определенные приемы, позволяющие начинающему исполнителю заложить так называемый фундамент профессии – освоить базовые навыки, необходимые в дальнейшей профессиональной деятельности. Для пианиста – это гаммы, для художника – ежедневные этюды и наброски, для вокалиста – распевки, для танцовщика – это упражнения у станка.

В актерской профессии такой базовой практикой является актерский тренинг.

Это самый первый и самый важный раздел в программе обучения, который напрямую нацелен на достижение главной задачи первого курса – овладение студентом основами артистической техники.

Как уже было сказано к элементам артистической техники относятся работа органов чувств – зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса; внимание; память на ощущения и создание образных видений; воображение и фантазия; разработка предлагаемых обстоятельств, логики и последовательности действий, мыслей и чувств; физическое и словесное взаимодействие с партнером, а также выразительная пластика, голос, речь, характерность, чувство ритма.

В общем смысле тренинг (англ. «воспитывать», «обучать») – это процесс совершенствования организма, приспособления его к повышенным требованиям в определенной виде деятельности путем систематических упражнений, все увеличивающейся нагрузки и возрастающей сложности.

Таким образом, актерский тренинг – это настройка отдельных «струн» актерского инструмента, отдельных психофизических проявлений, таких, как зрительные, слуховые, осязательные и прочие восприятия, внутренние видения и память различных ощущений и чувств; их анализ; их проявления в творческом воображении и фантазии, в сценическом

внимании, в выработке навыков и умений сознательно пользоваться в сценическом действии теми его элементами, которые в жизненном действии появляются произвольно и не требуют волевых усилий.

В Системе Станиславского актерский тренинг имеет еще одно определение – «туалет актера». «Перед началом студийных показов К.С. Станиславский часто проводил 15-минутный туалет-настройку, подводящую актеров к нужному самочувствию. «Туалет-настройка» начинался обычно с того, что актер сосредоточивал свое внимание на каком-нибудь простом, часто беспредметном действии, освобождался от лишних напряжений и мешающей нервозности. Затем расшевеливались воображение и другие элементы самочувствия актера. Упражнения на смену ритмов и быстрое приспособление к мизансцене возбуждали творческую активность и готовность к действию. «Туалет-настройка» заканчивался обычно коллективным этюдом, непосредственно подводящим к предстоящему показу» – пишет один из близких учеников К.С. Станиславского В.Г. Кристи.

Актерский тренинг – исключительно практическая дисциплина. Все упражнения тренинга направлены на формирование определенных умений, выработку практических навыков актера.

Навык, как результат обучения в отличие от знаний, может сформироваться только благодаря систематическим многократным повторам. Иначе говоря, навык – действие, доведенное до автоматизма. Навыки – это «рефлексы» профессии. Не зря один из главных разделов Системы Станиславского «Работа актера над собой» называется «Тренинг и муштра».

«Сценическое творчество, как при подготовке роли, так и при повторном исполнении ее, требует полной сосредоточенности всей духовной и физической природы актера, участия всех его физических и психических способностей» – говорил К.С. Станиславский.

Актерский тренинг призван совершенствовать пластичность нервной системы актера и помогать отшлифовать, сделать гибким и ярким психофизический инструмент актера, раскрыть все его природные возможности и подвергнуть их планомерной обработке, расширить коэффициент полезного действия всех нужных из имеющихся возможностей, заглушить и ликвидировать ненужные и, наконец, создать недостающие, насколько это возможно.

Таким образом, основными задачами актерского тренинга являются:

1. Развитие органов чувств и совершенствование механизмов восприятия.
2. Совершенствование образной памяти и освоение механизмов мышления и речи.
3. Освоение механизмов жизненного взаимодействия в условиях публичного творчества.

В программу курса «Тренинг», входящего в состав «Актерского мастерства» входят упражнения на развитие внимания и навыков рабочего самочувствия; развитие наблюдательности, памяти, воображения и фантазии, партнерского и группового взаимодействия; психофизического и импровизационного самочувствия; развитие артистической смелости и характерности.

Упражнения на развитие навыков рабочего самочувствия призваны вырабатывать готовность студента к занятиям и репетициям, воспитывать такие качества как сосредоточенность, собранность, включенность в творческий процесс, дисциплинированность, навыки управления рабочим самочувствием.

Упражнения на развитие внимания формируют готовность актера к произвольному управлению процессом восприятия: продолжительное сосредоточение на том или ином объекте; управляемое переключение внимания с одного объекта на другой; готовность противостоять различным отвлекающим факторам. В условиях упражнений на развитие внимания заложено множество препятствий, мешающих процессу восприятия и отвлекающих студента от того или иного объекта. В этом и заключается тренировка.

Упражнения на внимание готовят актера к условиям публичного сценического творчества, когда на сцене главенствуют множество отвлекающих факторов, блокирующих живой психический процесс.

Упражнения на развитие памяти совершенствуют человеческую способность фиксировать и запоминать большое количество информации. Причем, упражнения проводятся в сочетании с развитием воображения, ведь для актера важно не простое запоминание большого количества литературного текста, а, прежде всего, необходимы образное мышление, эмоциональная и мышечная память.

Упражнения на развитие наблюдательности вырабатывают привычку студентов быть чуткими к окружающему миру, быть направленным не внутрь себя, а «вовне», сосредотачивать свое пристальное внимание на жизненных явлениях, человеческом поведении, их подробностях и нюансах, поскольку именно окружающая жизнь должна являться для артиста источником творчества.

Упражнения на развитие воображения и фантазии совершенствует одну из самых важных способностей человека – творческое воображение, которое позволяет актеру создавать новые образы, создавать внутреннюю реальность, делая далекие и несуществующие обстоятельства роли близкими, присваивать их, и, в конечном итоге позволяет поверить в вымысел; воспитывают готовность актера представлять себя в предполагаемых обстоятельствах как в реальных. Без творческого воображения невозможно создание актером художественного образа. Бедность воображения является признаком профессиональной непригодности студента.

Упражнения на развитие навыков психофизического самочувствия позволяют студентам вырабатывать умение погружения в предлагаемые обстоятельства, опираться на телесно-ориентированный подход в творчестве; тренируют навыки в области психофизической саморегуляции.

Упражнения на развитие навыков партнерского и группового взаимодействия воспитывают готовность актера работать в едином ансамбле с другими исполнителями, сосредоточить свое внимание на восприятии живого, спонтанного проявления поведения партнеров; осознать значимость коллективного творчества и сложную взаимозависимость актеров друг от друга на сцене.

Упражнения на развитие артистической смелости и характерности призваны раскрыть задатки студента, его способности к внешней трансформации, острым характерным проявлениям; раскрепостить студента, позволить ему «хулиганить», в меру безответственно относиться к процессу творчества, поскольку строгость и ответственность, страх быть непонятым или осмеянным всегда «зажимают» молодого актера, не дают ему проявиться, блокируют органическую внутреннюю (психическую) жизнь в момент публичного творчества.

Упражнения на развитие импровизационного самочувствия позволяют выработать один из самых важных навыков актера – способность действовать спонтанно в предполагаемых обстоятельствах, готовность к взаимодействию «здесь и сейчас», толкаясь от партнера и ситуации, которая неповторимо складывается на сценической площадке. Такой навык делает возможным живое восприятие и взаимодействие актеров на сцене. Именно благодаря импровизационному самочувствию актера театр остается уникальным видом искусства, которое творится непосредственно на глазах у зрителей.

Актерский тренинг сопровождает профессионального актера всю жизнь. Являясь основной формой творческой практики на первых порах, призванный развить важнейшие творческие качества актера, способствовать овладению студентом основами артистической техники, актерский тренинг в будущей деятельности молодого артиста становится инструментом поддержания необходимого профессионального уровня, профессиональной творческой формы, готовности актера к решению сложных профессиональных задач.

Тема 1. Смотреть – и видеть. (форма проведения – практическое занятие).

Ладонь – Свои пять пальцев – Свои часики – Старинная вещица – Рассмотрите предметы! – На что похоже? – Вещи на столе – Обмен "Фотографы" – Как упали спички? – Уличный "фотограф" – Игры индейцев – На одну букву – На три буквы – Рычажок переключения – Три точки – Далекие точки – Три круга внимания – Глаза товарищей – Что нового? – Рассмотрите людей! – Биография спичечного коробка – Биография попутчика или прохожего – Биография по портрету – Биография по походке – Биография по взглядам – Как он это делает? – Это я! – А как он смеется? – События на улице – Антисобытия – Операция "штирлиц" – Выбери партнера!

Тема 2. Экран внутреннего видения. Мысленное действие (форма проведения – практическое занятие).

Белый медведь – Метафоры – Слушай слово! – Зримые разговоры – Мысленная речь – Мысленные прогулки – Кинолента прожитого дня – Кинофильм – Круговая кинолента – Двойная кинолента – Групповой рассказ – Цепочка ассоциаций – Ассоциация на привязи – Видеоскоп – Усложненный видеоскоп – Математическая задача – Логическая задача – Задача Эйнштейна – Путешествия – Повтори! – Сегодня – вчера – Событие в картине – Собрать картину – Остановись, мгновенье! – А что потом? – Три картины – Знакомый город – Путь вслепую – Лабиринт – Маршруты – Компас – Вертушка – Сантиметр – Три слова – Живые образы – Перевертыши – Антимир – Вспомнить лицо! – Воображаемый круг – Мысленные действия – Как я это делал? – Двигаться – не двигаясь.

Тема 3. Сценическое внимание. (форма проведения – практическое занятие).

Исходное положение – Кто внимателен? – Переходы – Семафор – Переходы со стульями – Передвижки – перебежки – Творческая площадка – Кольцо – Фигуры перестановок – Лучшие места – Часы – Волчок – Хлопки – Отвечай! – Двойные хлопки – Теннисные мячи – Мячи и числа – Мячи и слова – Земля, воздух, вода – Песня – Держи свою мелодию – Координация движений – Игра с носорогом – Координация движений с помощью песни – Пишущая машинка – Два шрифта – Испорченная пишущая машинка – Линотип – Плакат – Арифмометр – Отстающее зеркало – Змейка – Врезки – Комбинированное упражнение – Юлий цезарь – Пересеченность – Чистая перемена – Сервировка – Ходить по сцене – Толпа.

Тема 4. Слушать – и слышать. Рождение слова (форма проведения – практическое занятие).

Сонар – Телевизор – Магнитофон – Круговая магнитная лента – Учись слушать – Соноскоп предметов – Где кошка? – Соноскоп событий – Другие события – Что происходит? – Слышать только одного! – Три докладчика – Шумовой квадрат – Позвони мне по барабану! – Действуй словом! – Оправдание слова.

Тема 5. Сценическое действие. Чувство правды, инстинктивные реакции (форма проведения – практическое занятие).

Переставить стул – Сидеть – Цель действия – Ждать – Предлагаемые обстоятельства времени и места – Встать и сесть – Отношение к предмету – Отношение к месту – Войти в дверь – Элементарные действия – Повторные действия – Суфлер – правда – Каждый раз впервые! – Отыскивать правду! – Инстинктивные реакции.

Тема 6. Небывалые события. Артистическая смелость и острая характерность (форма проведения – практическое занятие).

Готовность – Странные позы – В комнате – привидение – Внезапные "кабы да если бы" – Небывалое – Обычное в необычном – Оправдание крика – Толстый и тонкий – Старики – Внешняя характерность – А я – чайник! – Кто вы? – Кем мы еще можем быть? – Космонавты – Лилипуты и великаны – Важный гость – Церемония – Ручные часики – Оркестр – Еще один оркестр – Лес – Живые руки – Змея – Котята – Иголка – Крылья – Паук – Цветок – Детские игры – Играем в куклы – Игрушки – Игры игрушек – Игрушки оправдывают позы – Испорченные игрушки – Парные игры – Я – это он! – Я – кто угодно! – Братья по разуму – Животные – Птицеферма – Стадо – Своя компания – Зоосад – Пассаж – Эрмитаж – Зал живописи – Артисты цирка – Цирковые номера – Цирковое

представление – Отвинченная голова – Обыкновенные чудеса.

Тема 7. Мускульный контролер. Целесообразное мышечное напряжение (форма проведения – практическое занятие).

Разведка мышц – Норма напряжения – Мускульная энергия – Ртуть в пальце – Волшебный шарик – Укажи вдаль! – Переливаем энергию – Круговое переливание – Сорви персик! – Сад – Вес воображаемых вещей – Стакан и рояль – Гири – Чаши – Цепочка – Бросание предметов – Новоселье – Сложная перестановка – Тяжелая работа – Оправдание жеста – Постановка жеста – Прерванное движение – Непроизвольные жесты – Запрещенное движение – Японский прием со стулом – Случайная поза – Статуя – Скульптура по памяти – Буратино – Напряжения по заказу – Ревизоры напряжений – Оправдание поз в движении – Повтори позу! – Мысленное оправдание позы – Память движений – Вспомните упражнение! – Режиссеры и актеры – Оправдание движений – По дороге домой.

Тема 8. Беспредметные действия (форма проведения – практическое занятие). Одеваться – Внутренняя пристройка – Снимать пальто – Чтобы одеты были не гнусно! – Заколитесь! – Чиркните спичкой! – Кухня – Повара и поварята! – Конвейер – Это не книга! – Дорога – Коробка с бисером – Подготовка стола – Белая рубашка – Перед зеркалом – Нож – Письмо – Гаммы для актеров.

Тема 9. Память ощущений и физических самочувствий (форма проведения – практическое занятие).

Видящие пальцы – Беру вещь – Угадай предмет! – Вспомни осязание! – Узнай товарища! – Память пальцев – Кассир и покупатель – Контролер – Палочка-узнавалочка – Кто подошел? – Душ – Зима – лето – Слушать-смотреть-вспоминать - осязать – Волшебный тазик – Волшебный тазик партнера – Стакан чая – Ощутите запах! – Вспомните запах! – Цветочный магазин – Пожар – Флаконы – Волшебный графин – Лимон. Вспомните вкус! – Настроение – Физическое самочувствие – Память пяти органов чувств.

Тема 10. Темпоритмы (форма проведения – практическое занятие).

Градации темпоритмов – Переключение темпоритмов – Коробка скоростей – Мостик – Сложение темпоритмов – Люди и темпоритмы – Действие в двух темпоритмах – Наблюдения за темпоритмами – Оправдание движений в темпоритмах.

Тема 11. Общение. Взаимодействие и взаимозависимость партнеров (форма проведения – практическое занятие).

Подарок – Лови кастрюлю! – Качели – Тень – Сиамские близнецы – Зеркало – Клубок ниток – Парное оправдание поз – Перехват – Двойной перехват – Парное действие – Пилим дрова – Насосы – Лодка – Перетягивание каната – Озвученные действия – Лучеиспускание и лучевосприятие – Физическая природа общения – Через окно – Сцепка – Что-то случилось! – Над кем смеетесь? – Изобретатели – Два ассистента – Пристройка – Двое на скамейке – Перемена отношения к партнеру – Словесное воздействие – В эфире – Разговор по телефону – Переговорный пункт.

Рекомендуемая литература

1. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тексты. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 208 с.
2. Алексеева Л.П., Норенкова М.Т. Обеспечение самостоятельной работы студентов. Ж. «Специалист» № 6, 2005 г.
3. Борицова Л.В., Виноградова Н.А. Пишем реферат, доклад, выпускную квалификационную работу: Учеб. пособ. М., 2000.
4. Вербицкий А.А. Самостоятельная работа студентов младших курсов // Высшая школа России. 1995. № 3.
5. Виноградова Н.А. Методические рекомендации по выполнению письменных работ. М., 1999.

6. Вычегжанина Т.В. О самостоятельной работе студентов. Ж. «Специалист» № 4, 2005 г.
7. Грачева Лариса Вячеславовна. Актерский тренинг: теория и практика : Актерская терапия. Тренинг действия и ролевой тренинг. Текст жизни и текст роли / Грачева Лариса Вячеславовна. - Санкт-Петербург : Речь, 2003. - 163 с. : факс. - (Психологический тренинг). - Библиогр.: с. 160-163 (64 назв.) и в подстроч. прим. - ISBN 5-9268-0231-8.
8. Дорощева М. А., Самусенко Т.М. Самостоятельная работа студентов в высшем учебном заведении. – Владивосток: Издательство Дальневосточного университета, 2006. – 132 с.
9. Зими́на И.В., Мазурская З.Я. О самостоятельной работе студентов. Ж. «Специалист» № 11, 2005 г.
10. Змеев С.И. Технология обучения взрослых: Учебное пособие.. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 128 с.
11. Импровизация и метод действенного анализа / сост. И. Ю. Промптова. - Москва : Сов. Россия, 1986. - 80 с. - (Библиотечка "В помощь художественной самодеятельности". № 21 : Труд актера, Вып. 33).
12. Ковардакова М. А. Самостоятельная работа студентов: виды и технологии организации: учеб. пособие для слушателей фак. повышения квалификации преподавателей/Ковардакова М. А., Дони́на О. И., Кузьмина Ю. О., Ускова Е. О.; отв. ред. М. А. Ковардакова ; УлГУ, ФПК преподавателей вузов и ссузов.- Ульяновск:УлГУ,2012.- 71 с.
13. Козина Е.Ф. (МПУ). К вопросу о самостоятельном, проблемном и исследовательском общении. Ж. «Специалист» № 7, 2006 г.
14. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы, Шестаков В. Ф.;авт.-сост. В. Ф. Шестаков; УлГУ, Юр. фак., Тамож. отд-ние, Каф. тамож. дела.-Ульяновск:УлГУ,2010.-28 с.
15. Методические указания по проведению самостоятельной работы студента. Сост. В.А. Вышлов, Е.А. Карцев. – Москва: Изд-во Моск. гос. ин-т электроники и математики, 2009. – 11 с.
16. Мордвинов Николай Дмитриевич. Размышления о работе актера / Мордвинов Николай Дмитриевич; ред.-сост. И. Н. Крякова. - Москва : Мир, 2001. - 236 с. : ил., вкл. 4 с. - ISBN 5-03-003428-5 (в пер.).
17. Новицкая, Л. П. Элементы психотехники актерского мастерства: Тренинг и муштра / Л. П. Новицкая. - Изд. 6-е, стер. - Москва : ЛЕНАНД, 2019. - 284 с. : ил. - (Школа сценического мастерства). - ISBN 978-5-9710-6630-9 (в пер.).
18. Пан Н.В. Особенности самостоятельной работы студента. Ж. «Специалист» № 3, 2005 г.
19. Попков В.А., Коржуев А.В. Теория и практика высшего профессионального образования. – М.: Академический проект, 2004. – 432 с.
20. Самостоятельная познавательная деятельность студента: методическое пособие / Сост. Е.В. Гребенникова. М., 2002.
21. Смышляева Л.Г., Сивицкая Л.А. Педагогические технологии активизации обучения в высшей школе. – Томск: Изд-во ТПУ, 2007. – 195 с.
22. Соловьева Н.Н. Основы подготовки к научной деятельности и оформление ее результатов (для студентов и аспирантов). М., 2000.
23. Хукс Эд. Актерский тренинг для всех, кто хочет стать такими, как Брэд Питт и Анджелина Джоли : 150 советов от мастера : пер. с англ. / Хукс Эд. - Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2010. - 192 с. - ISBN 978-5-93878-972-2 (в пер.).
24. Чехов Михаил Александрович. Об искусстве актера / Чехов Михаил Александрович. - Москва : Искусство, 1999. - 271 с. : ил. - ISBN 5-210-01416-9 (в пер.).