

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Всероссийский государственный университет  
кинематографии  
имени С. А. Герасимова» (ВГИК)

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Проректор**  
**по учебно-методической работе**  
\_\_\_\_\_ **И.В.Коротков**

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

---

**РИТМИКА**

---

Название дисциплины

**Специальность**

Актерское искусство

---

**Специализация**

Артист драматического театра и кино

---

**Форма обучения**

очная

(очная, заочная)

---

Москва, 2023

Авторы: профессор А.З.Закиров

Рабочая программа учебной дисциплины составлена в соответствии с ФГОС ВО утверждённого приказом Министерства образования и науки № **1128** от «16» ноября 2017г.  
по направлению подготовки **52.05.01 Актерское искусство**  
с учетом рекомендаций ОПОП

СОГЛАСОВАНО:

Декан актерского факультета \_\_\_\_\_ /Магар Е.Е.

Зам.руководителя учебного управления,  
начальник отдела по методической работе \_\_\_\_\_ /Атаман В.В.

Зав.библиотекой \_\_\_\_\_ /Шипулина В.М.

© Всероссийский государственный университет  
кинематографии имени С.А.Герасимова (ВГИК),  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1.ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

- 1.1 – Цели и задачи освоения дисциплины.
- 1.2 – Место дисциплины в ОПОП
- 1.3 – Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

### 2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- 2.1. - Структура и организационно-методические данные дисциплины.
- 2.2. – Содержание разделов дисциплины.
- 2.2.1 – Тематический план дисциплины.
- 2.2.2. – Содержание дисциплины.
- 2.2.3. – Занятия с применением инновационных форм.

### 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

- 3.1. – Обязательная литература.
- 3.2. – Дополнительная литература.

### 4. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ.

### 5.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

## **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.**

### **1.1. Цели и задачи освоения дисциплины.**

Основной целью дисциплины «Ритмика» является всестороннее музыкальное, темпо-ритмическое развитие студентов.

Дисциплина имеет свою историю и традиции. Огромное значение предмету придавали и развивали его такие известные преподаватели пластических дисциплин как И.Иванов, Е.Шышмарева, И.Кох, А.Немеровский, Н.Збруева.

### **1.2. Место дисциплины в ОПОП.**

Дисциплина «Ритмика» согласно Федеральному Государственному образовательному стандарту высшего образования в области культуры и искусства является обязательной в рамках базовой части ОПОП ВО. Данный курс предназначен для студентов специальности «52.05.01 Актерское искусство». В соответствии с Учебным планом ФГОС ВО по названной специальности данная дисциплина преподается студентам 1 курса (1 и 2 семестры), на изучение дисциплины отводится 2 зачетные единицы (72 академических часа). Одна зачетная единица эквивалентна 36 академическим часам (при продолжительности академического часа 45 мин.) или 27 астрономическим часам.

Дисциплина «Ритмика» изучается во взаимодействии с такими дисциплинами пластического цикла как «Танец», «Основы сценического движения», что позволяет решить задачу профессиональной подготовки актера в комплексе.

Дисциплина находится в постоянном развитии, обогащается благодаря опыту многих специалистов.

### **1.3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)**

<p>ПКО - 4 - владеет сценической пластикой, способен использовать свой развитый телесный аппарат при создании и исполнении роли.</p>	<p>ПКО-4.1. знает особенности движения в сценическом пространстве, на съемочной площадке ПКО-4.2. знает манеры и этикет основных культурно-исторических эпох ПКО-4.3. знает правила безопасности при выполнении травмоопасных заданий на сцене и на съемочной площадке ПКО-4.4. умеет использовать в работе над ролью разнообразные средства пластической выразительности ПКО-4.5. умеет настраивать свой психофизический аппарат и управлять им в соответствии с особенностями работы над ролью, самостоятельно поддерживать физическую форму ПКО-4.6. умеет выполнять базовые элементы индивидуальной и парной акробатики, сценического боя и фехтования ПКО-4.7. владеет основами сценического движения, акробатики, приемами сценического фехтования, техникой сценического боя ПКО-4.8. владеет техникой безопасности в решении творческих задач средствами пластики</p>
--	---

## **II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Структура и организационно-методические данные дисциплины.**

**Объем дисциплины и виды учебной работы по действующему плану**

<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>2 зач.ед</b>	<b>72 час.</b>	
<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>		
	<b>Всего по уч.плану</b>	<b>В.т.ч. по семестрам</b>	
		<b>1</b>	<b>2</b>
<i>Работа с преподавателем (контактные часы)</i>	<b>62</b>	34	28
Практические занятия	62	34	28
<i>Самостоятельная работа</i>	<b>4</b>	2	2
<b>Форма контроля</b>	<b>6</b>	-	3 (6)
<b>Всего часов</b>	<b>72</b>	36	36

## 2.2. Содержание разделов дисциплин.

### 2.2.1. Тематический план дисциплины.

№	Темы	Количество часов					
		Все го	Контактная работа обучающихся с преподавателем				СРС
			лек.	практ.	лаб.	инд	
<b>1 курс, 1 семестр</b>							
1	Тренинг подготовительный	7	-	6	-	-	1
2	Тренинг развивающий.	6	-	6	-	-	-
3	Тренинг пластический.	4	-	4	-	-	-
4	Тренинг специальный.	4	-	4	-	-	-
5	Темп и точное соотношение скоростей.	4	-	4	-	-	-
6	Длительности.	6	-	6	-	-	-
7	Ритмический рисунок.	5	-	4	-	-	1
<b>Итого за 1 семестр</b>		<b>36</b>	<b>-</b>	<b>34</b>			<b>2</b>
<b>1 курс, 2 семестр</b>							
	Тренинг подготовительный	4	-	4	-	-	-
	Тренинг развивающий.	4	-	4	-	-	-
	Тренинг специальный.	4	-	4	-	-	-

	Ритмический рисунок.	4	-	4	-	-	-
	Фразировка.	6	-	6	-	-	-
	Музыкально-ритмические этюды	8	-	6	-	-	2
	<b>Зачет</b>	6					
	<b>Итого за 2 семестр</b>	<b>36</b>	-	<b>28</b>	-	-	<b>2</b>
	<b>Общая трудоемкость</b>	<b>72</b>	-	<b>62</b>	-	-	<b>4</b>

### 2.2.2. Содержание дисциплины.

#### Тема 1. Тренинг подготовительный (ПКО-4).

**Задача** – подготовка костно–мышечного аппарата актера и определение степени подготовки к активной работе на уроке.

- Упражнения:** - в потягивании, скручивании, прогибании, вращении;
- в ходьбе, в прыжках, беге;
  - в равновесии: наклоны, прогибы, вращения, прыжки;
  - фиксированные позиции.

#### Тема 2. Тренинг развивающий (ПКО-4).

**Задача** – развитие и совершенствование качеств, обеспечивающих гармоничное состояние костно – мышечного аппарата актера.

- Упражнения:** - на гибкость и растяжку;
- на силу и выносливость;
  - на координацию и реакцию;
  - на прыгучесть и подвижность стопы;
  - на мышечную память;
  - на ощущение центра тяжести;
  - на вестибулярный аппарат.

### **Тема 3. Тренинг пластический (ПКО-4).**

**Задача** – развитие внутреннего ощущения движения.

**Упражнения:** - на напряжение и расслабление;

- на подвижность и выразительность рук;

- на подвижность и ловкость;

- на чувство непрерывного движения, формы, жеста, пространства;

- на освоение различных типов и характеров движения.

### **Тема 4. Тренинг специальный (ПКО-4).**

**Задача** – развитие психофизических качеств актёра, когда упражнения становятся средством познания своих возможностей при решении двигательной задачи, имеющей своё оправдание и внутренний импульс.

**Упражнения:** - на развитие чувства равновесия;

- чувства пространства;

- чувства инерции движения;

- чувства формы;

- чувства партнера.

Данные разделы (тренинг) повторяют аналогичные разделы дисциплины «Основы сценического движения», с той лишь разницей, что некоторые упражнения проделываются в определённом ритмическом рисунке. Воспитывая такие качества, как внимание, координация, ориентировка и другие, эти разделы являются основными, вне которых немислима дальнейшая работа. Поэтому занятия по данным разделам должны проводиться на всем протяжении курса обучения.

### **Тема 5. Темп и точное соотношение скоростей (ПКО-4).**



**Задача** - развитие наиболее элементарного ощущения музыки и движения, которое неизбежно влечет за собой сопоставление и сравнение различных по темпу процессов движения. Такое сопоставление дает первоначальное ощущение ритмических соотношений. Применяется для обозначения скорости музыкального движения. В системе ритмического воспитания слово «темп» употребляется как музыкальный термин, то есть как обозначение скорости движения и соответствующего навыка - умения воспроизводить и выдерживать эту скорость (переключение темпов, устойчивость в темпе).

**Упражнения:** - на правильную мускульную подготовку и нагрузку движения,

- на устойчивость в данном темпе, прекращение и продолжение движения, сохраняя данный темп;

- на четкое и легкое переключение из одного темпа в другой.

#### **Тема 6. Длительности (ПКО-4).**

**Задача** - развитие ощущения неравных временных и пространственных соотношений.

**Упражнения:** - определение границы (протяженность) отдельного движения;

- целая нота;

- длительности звука: половинная, четверть, восьмая;

- дальнейшее дробление звука.

#### **Тема 7. Ритмический рисунок (ПКО-4).**

**Задача:** воспроизведение и создание ритмического рисунка, представляющего собой сложную организацию движения на основе уже приобретенных навыков.

**Упражнения:** - на точное выполнение ритмического рисунка данной мелодии

(в шагах, хлопках, в беге, прыжках, в остановках);

- усложнение, оформление ритмического рисунка мелодии, фиксируя его в определенных пространственных рамках;

- пауза, синкопа, ритмический контрапункт, работа в каноне;

- импровизация ритмического рисунка.

#### **Тема 8. Фразировка (ПКО-4).**

**Задача:** развитие ощущения сложных ритмических соотношений.

**Упражнения:** - анализ фразировки отрывка музыкального произведения и построение соответствующего ряда движений;

- создание ряда движений, группирующихся вокруг основного (по мысли или по тренировочной задаче);

- самостоятельное построение логически связанного ряда гимнастических и танцевальных движений с учетом фразировки;

- самостоятельное построение этюда на сценическую задачу с учетом фразировки и движения.

#### **Тема 9. Музыкально-ритмические этюды (ПКО-4).**

**Задача:** укрепление приобретенных навыков «ритмичности» на материале, близком актеру, то есть на движении, подчиненном сценической задаче. Содержание сценической задачи часто связывается с музыкой потому, что сочетание музыки и движения дает наибольшие возможности

для развития, укрепления и углубления «ритмичности» актера, что и составляет основную задачу всей работы по ритмическому воспитанию.

**Тема:** понятие пластического, ритмического этюда на занятиях по ритмике.

- этюд без какого-либо словесного текста, где движение может быть точно

или свободно ритмизованно в зависимости от общего замысла;

- этюд, в котором содержание музыки вскрывается при помощи движения, подчиненного сценической задаче.

- этюд на основе драматургии.

### **2.2.3. Занятия с применением инновационных форм.**

Данный курс является практическим и предполагает поэтапное освоение элементов дисциплины.

Самостоятельно студенты могут отрабатывать технику и школу – стойки, передвижения, выпады, позиции защит.

В самостоятельную работу по разделу «Этюдно-постановочная работа» входят подбор литературного и драматургического материала и работа над материалом.

## **3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3.1. Обязательная литература**

Станиславский К.С. «Учебник актерского мастерства. Работа над собой в творческом процессе воплощения». М., АСТ Владимир ВКТ, 2011

Закиров А.З. «Семь уроков сценического движения для самостоятельной работы.» Методическое пособие, М., ВГИК, 2009

### **3.2. Дополнительная литература**

1. А.Немеровский «Пластическая выразительность актера».М.: «ИСКУССТВО»,1976
2. Б.Захава «Мастерство актера и режиссера», М., «Просвещение», 1978
3. Большой энциклопедический словарь. Москва, «Большая Российская энциклопедия», 1991
4. Г.Боброва «Художественная гимнастика в школе», М., ФиС, 1978
5. Г.Морозова «Пластическое воспитание актера», М., «Терра-спорт», 1998
6. Е.Суриц «Пластический и ритмопластический танец в России: его жизнь и судьба в России», научно-теоретический и критико-публицистический журнал «Советский балет» №6 (43). Москва, «Известия», 1988
7. Н. Збруева, «Ритмическое воспитание актера: Методическое пособие». – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 1935
8. С.Бекина, Т.Ломова «Музыка и движение», М., 2001
9. Т.Барышникова «Азбука хореографии», М., 2000
- 10.Т.Ротерс «Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика», М., 1986

#### **4. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ,**

## **ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ.**

### *Электронные библиотеки:*

ЭБС «Юрайт» договор №: 4888/185-21-У от 19.11.2021г. <https://biblio-online.ru/>

ЭБС «Лань» договор №: Э596/01-10.21 193-21-У от 25.11.2021г.  
<https://e.lanbook.com/>

договор №933/01-10.21 192-21-У от 25.11.21

ЭБС «Айсбук» контракт №: 25-03/21К/186-21-У от 19.11.2021г.  
<https://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>

Электронная библиотека ВГИК <http://vgik.info/library>, <http://biblio.vgik.info>

## **5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Зал для занятий (ауд.105. 612-А).**

### **Оборудование зала:**

Зеркала, скамейки шведские, мостики для прыжков, ступеньки различной высоты и шага, кубы разных размеров, столы разные, стулья.

### **Инвентарь:**

Мячи (теннисные, резиновые, матерчатые)

Палки гимнастические деревянные (длина 1 метр и 1,5 метра, диаметр 2,5 метра)

Трости с набалдашником и крюком

Скалки гимнастические (длина 2 метра)

Маты гимнастические и акробатические (длина 4,5 метра, ширина 2 метра, толщина 10-15 см)

Костюмы современные и стильные разных эпох и национальностей, принадлежности современных и стильных костюмов: корсеты, шляпы, цилиндры, веера, лорнеты, зонты; костюмы тренировочные (для занятий).