

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА  
ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МИСТЕЦТВ  
ІМЕНІ І. П. КОТЛЯРЕВСЬКОГО

Кафедра майстерності актора та режисури театру анімації

ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ

Протокол № 5 від 29 грудня 2022 р.

ЕКСЦЕНТРИКА

Методичні рекомендації  
до проведення практичних занять

Освітній рівень – перший освітньо-професійний

Ступінь вищої освіти – бакалавр

Галузь знань – 02 «Культура і мистецтво»

Спеціальність – 026 «Сценічне мистецтво»

Освітньо-професійна програма «Акторське мистецтво театру ляльок»

Методичні рекомендації до проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Ексцентрика» для здобувачів першого освітньо-професійного рівня вищої освіти, ступеня вищої освіти – бакалавр, галузі знань 02 «Культура і мистецтво», спеціальності 026 «Сценічне мистецтво», освітньо-професійної програми «Акторське мистецтво театру ляльок». 9 с.

Укладач: Шевченко Анастасія Ігорівна, старша викладачка кафедри.

Рецензенти: Фалькова І. М., Ніконенко Р., доцент Київської муніципальної академії естрадного та циркового мистецтва, кандидат мистецтвознавства.

Методичні рекомендації до проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Ексцентрика» затверджено на засіданні науково-методичної ради Харківського національного університету мистецтв імені І. П. Котляревського (Протокол № 5 від 29 грудня 2022 року).

Голова науково-методичної ради,

ректор \_\_\_\_\_ Наталія ГОВОРУХІНА

Методичні рекомендації до проведення практичних занять з навчальної дисципліни погоджено з гарантом освітньо-професійної програми.

Гарант освітньо-професійної програми  
кандидат мистецтвознавства,  
старша викладачка кафедри театрознавства  
ХНУМ імені І. П. Котляревського

\_\_\_\_\_ Юлія ЩУКІНА

© Шевченко А. І.

© Харківський національний університет  
мистецтв імені І. П. Котляревського,  
2022

## 1. Анотація навчальної дисципліни

Програма вибіркової дисципліни «Ексцентрика» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів, відповідно до вимог кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинні опанувати бакалаври відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу вибіркової дисципліни «Ексцентрика», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень.

**Метою вивчення** дисципліни є ознайомлення студентів з історією ексцентрики та її практичними проявами у різних видах та жанрах мистецтва; ознайомлення з можливостями вираження традиційної та сучасної ексцентрики; навчитись конструювати сценічний вислів у техніці ексцентрики; формування у студентів творчого підходу до роботи в цьому прийомі; формування навичок особливого мислення, вміння створювати пластичні етюди з елементами ексцентрики.

Здобувачі мають **знати** основні етапи розвитку ексцентрики; об'єкт, предмет, структуру, історію виникнення та розвитку жанру «ексцентрика» (ексцентрична акробатика, циркова ексцентрика, музична ексцентрика тощо), назви і техніку виконання базових вправ та трюків; виразні засоби та можливості сценічного втілення в ексцентриці; особливості підбору репертуару; основи драматургії; основи теоретичних аспектів майстерності актора; основні етапи в роботі над власним творчим проектом.

Здобувачі повинні **вміти** створювати сценічний вислів засобами ексцентрики; аналізувати сучасний мистецький процес; використовувати теоретичні знання в практичному досвіді; вільно володіти елементами акробатики, гімнастики; трюкової ексцентричної пластики; самостійно і творчо придумувати власні трюки та композиції; застосовувати отримані навички в етюдах, виставах та інших формах сценічної творчості; працювати в колективі та індивідуально; втілювати ідейно-художнє рішення; працювати над розробкою самостійного творчого проекту; презентувати власний творчий проект.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі повинні :

### **Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціальності (СК):**

СК02. Здатність до творчого сприйняття світу та його відтворення у художніх сценічних образах.

СК03. Здатність до ефективної діяльності у колективі в процесі створення сценічного твору, керівництва роботою і / або участі у складі творчої групи в процесі його підготовки.

СК05. Здатність до публічної презентації результату своєї творчої (інтелектуальної) діяльності.

СК06. Здатність до оперування специфічною системою виражальних засобів (акторсько-виконавськими, хореографічно-пластичними, музично-вокальними) при створенні сценічного твору.

СК08. Здатність оперувати новітніми інформаційними й цифровими технологіями в процесі реалізації художньої ідеї, осмислення та популяризації творчого продукту.

СК10. Здатність передавати знання про сценічне мистецтво та практичний досвід фахівцям і нефахівцям.

СК13. Здатність вільно орієнтуватися у напрямках, стилях, жанрах та видах сценічного мистецтва, творчій спадщині видатних майстрів.

### **Програмні результати навчання:**

ПРН02. Мати концептуальні наукові та практичні знання у сфері сценічного мистецтва.

ПРН04. Здійснювати пошук необхідної інформації у професійній літературі, в мережі Інтернет та інших джерелах.

ПРН05. Застосовувати сучасні цифрові технології та спеціалізоване програмне забезпечення до розв'язання відповідних задач професійної діяльності у сфері сценічного мистецтва.

ПРН09. Обирати оптимальні художньо-виражальні (акторсько-виконавські, хореографічно-пластичні, музично-вокальні) та технічні засоби відтворення креативного задуму при реалізації сценічного твору (проєкту).

ПРН10. Розуміти сценічне мистецтво як художній та соціокультурний феномен, знати специфічні відмінності художньої мови театру та перформативних мистецтв.

ПРН15. Знати основні закони психології творчості.

ПРН16. Вміти передавати знання про сценічне мистецтво та практичний досвід фахівцям і нефахівцям.

ПРН17. Вміти обирати адекватні засоби презентації результатів власної професійної діяльності у сфері сценічного мистецтва.

## **2. Методичні вказівки до проведення практичних занять для здобувачів денної форми навчання**

Опанування матеріалу навчальної дисципліни передбачає проведення практичних занять в обсязі, що визначений у робочому навчальному плані. Обсяг практичних занять для здобувачів денної форми навчання складає 90 годин.

### **Тема 1. Техніка виконання специфічної розминки ( 2 частини – без матів та на матах).**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** дати загальне поняття про ексцентрики, внутрішні і зовнішні фактори її розвитку; ознайомити студентів з основними елементами ексцентричної акробатики, головними художньо-творчими методами ексцентрики, сучасним її станом в Україні та світі.

**Зміст практичного заняття:** ознайомлення з технікою виконання специфічної розминки без матів: вправи на статичне напруження (розтягування, скручування та ін.) та динамічне напруження (махи, нахили, обертання та ін.); на матах: качання, махи, прогини («човник» на спині, на животі, на лівому та правому боці, розтягування та ін.). Огляд прийому ексцентрики у різних жанрах та культурах світу.

**Очікувані результати:** здобувачі мають розширити свій кругозір та поглибити свої знання, розширити тілесні можливості; володіють термінологією; володіють вільно технікою виконання специфічної розминки без матів: вправ на статичне напруження, на динамічне напруження; використовують дані знання у творчих проектах.

## **Тема 2. Техніка виконання базових елементів гімнастики та акробатики (перекати, перекиди та ін.)**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** дослідження техніки виконання базових елементів гімнастики та акробатики

**Зміст практичного заняття:** оволодіння технікою виконання базових елементів гімнастики та акробатики: перекати у групі, перекати боком; перекиди вперед, назад, без рук; «місток», «колесо», напівшпагат, шпагат. Виховання «сценічної сміливості», волі за допомогою трюкової частини.

**Очікувані результати:** здобувачі мають розширити свій кругозір, поглибити «відчуття тіла», покращити координацію та тілесну свідомість; вміють проаналізувати характерні особливості руху тіла або частин тіла у гімнастичних та акробатичних вправах; вміють виконувати базові елементи гімнастики та акробатики соло, в парі, в групі.

## **Тема 3. Трюкова ексцентрична пластика (переноски, падіння, підтримки та ін.)**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** детальне ознайомлення з поняттям «трюкова ексцентрична пластика»

**Зміст практичного заняття:** Трюкова ексцентрична пластика: переноски (одного несуть десять чоловік, шість, чотири, три); падіння на руки партнерів з різної висоти; підтримки парні (на стегнах, «передня від-тяжка», «задня відтяжка», на стегнах з перекиданням); робота з центром ваги, вправи «на віддачу» та «на прийняття» ваги.

**Очікувані результати:** здобувачі володіють термінологією та технікою трюкової ексцентричної пластики; можуть використовувати дані знання у подальших творчих проектах.

## **Тема 4. Техніка виконання парних та групових трюків («пірамідки»; групові та парні підтримки та підкидання).**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** поглиблення знань про парні та групові трюки у жанрі ексцентрики

**Зміст практичного заняття:** Техніка виконання парних та групових трюків: «пірамідки» (трюхповерхова, двохповерхова, «німецька»); групові та парні підтримки (на ногах, на колінах, на руках у двох, чотирьох, шести чоловік); підкидання («килимоч», «маятник» та ін.). Спеціальні вправи для розвитку пластичності, відчуття партнера.

**Очікувані результати:** здобувачі повинні вільно виконувати парні та групові вправи та композиції; володіти технікою «підстраховування» партнера; вміти використати дані знання в творчому нарисі в жанрі ексцентричної акробатики.

### **Тема 5. Ексцентрична акробатика (кульбіти, стрибки, перевороти та ін.)**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** засвоєння вправ ексцентричної акробатики сольного виконання як невід'ємної складової ексцентрики

**Зміст практичного заняття:** Ексцентрична акробатика: кульбіти, стрибки, перевороти індивідуально, в парі, в групі, аналіз та практичне засвоєння класичних вправ; різновиди композицій та етюдів з використанням вищезазначених трюків.

**Очікувані результати:** здобувач на практичному досвіді повинен продемонструвати свої опановані знання та вміння виконання вправ ексцентричної акробатики; вміти створювати власні вправи; створити композицію з вправ ексцентричної акробатики соло, в парі, в групі; проаналізувати складнощі, які виникли в роботі над ним та виконати роботу над помилками.

### **Тема 6. Засвоєння ускладнених індивідуальних та парних трюків (елементи гімнастики, акробатики).**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** дослідження пошуку центру ваги та інших необхідних знань, вмінь та навичок для виконання ускладнених індивідуальних та парних трюків

**Зміст практичного заняття:** . Засвоєння ускладнених індивідуальних та парних трюків (елементи гімнастики, акробатики): стійки на руках, на голові, на плечах у партнера; підтримки у «містку», у «кільці»; «колесо» у парі; перекидання через партнера та ін., пошук центру ваги – в різних напрямках. Робота над тематичною композицією з використанням різних видів ускладнених трюків - базових класичних та власних створених.

**Очікувані результати:** здобувач має вміти володіти різними прийомами та методами ускладнених індивідуальних та парних трюків; вміти поєднати їх у композицію; створити сюжетний етюд з використанням мінімум трьох-п'яти видів вищезазначених трюків; використовувати дані знання у подальших творчих проектах.

### **Тема 7. Основи музичної та циркової ексцентрики.**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** опанування знань, вмінь та навичок основ музичної та циркової ексцентрики

**Зміст практичного заняття:** . Основи музичної та циркової ексцентрики: Засвоєння прийомів та засобів виразності музичної та циркової ексцентрики, робота з реквізитом у рамках жанру. Навички створення та рішення

ексцентричного образу (використовуючи прийоми музичної або циркової ексцентрики, студент діє в запропонованих обставинах, створюючи певний образ).

**Очікувані результати:** здобувач має розуміти специфіку акторського існування в стилістиці ексцентрики; оволодіти основами музичної та циркової ексцентрики; засвоїти отримані знання та навички для подальшого самостійного відпрацювання.

## **Тема 8. Етюди та композиції в жанрі ексцентрики власного створення.**

Тривалість практичного заняття 2 години.

**Мета:** ознайомлення з особливостями роботи з літературним та драматургічним матеріалом у контексті основи для етюдів або вистави з різноманітними елементами ексцентрики, створення власного сценарію для сценічного нарису.

**Зміст практичного заняття:** Етюди у жанрі ексцентрики: етюди та пластичні композиції власного створення, де студент виявляє фантазію та нестандартне, ексцентричне мислення. Кожен етюд має свою специфіку та відокремлюється у самостійну тему. Можуть бути індивідуальні, парні та групові етюди та пластичні композиції.

**Очікувані результати:** здобувач має створити власний етюд або міні-виставу у жанрі ексцентрики, використовуючи всі набуті знання та навички з усіх вивчених попередніх тем, презентувати свою роботу глядацькій аудиторії; вміти використовувати знання в подальшій творчій роботі.

### **Критерії оцінювання знань студентів.**

**90–100–А** – відмінно, яскрава, переконлива, художньо образна манера виконання вправ; відмінний ритмічний слух і координація; створений переконливий сценічний образ у авторському етюді; усі завдання виконані грамотно й стилістично виразно.

**82–89–В** – добре, переконлива, але не скрізь яскрава манера виконання вправ; ритмічний слух і координація розвинені гарно; створений сценічний образ у авторському етюді; усі завдання виконані правильно та стилістично виразно.

**74–81–С** – добре, доволі переконлива манера виконання вправ; ритмічний слух і координація розвинені непогано; створений сценічний образ у авторському етюді; не всі завдання виконані правильно та стилістично виразно.

**64–73–D** – задовільно, відсутність переконливої манери виконання вправ; ритмічний слух і координація розвинені слабко; не досконало створений сценічний образ у авторському етюді (етюд не має чіткої драматургії та не зрозуміла мова пантоміми); завдання виконані з деякими помилками.

**60–63–Е** – задовільно, відсутність переконливої манери виконання вправ; ритмічний слух і координація розвинені слабко; не виконано авторського етюдів; завдання виконані з помилками.

**35–59–FХ** – незадовільно (з можливістю повторного складання) не розкрито основний зміст навчального матеріалу; не виконано вимоги програми, відсутня

необхідна манера виконання вправ; припущено грубі помилки під час виконання завдань; виконано незначну частину завдань дисципліни.

**0–34–F**– незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням дисципліни) виявлено незнання студентом більшою або найбільш важливою частини навчального матеріалу.

### **Додаток – відеоуроки базових пантомімічних вправ**

Відеоуроки є практичними порадиниками з вивчення базових елементів ексцентрики в домашніх умовах. Пропонується студентам мистецьких закладів. Ознайомлення з відеоматеріалами буде корисним акторам, режисерам, викладачам, керівникам дитячих гуртків – усім, чия діяльність пов'язана з різноманітними напрямками театру, де присутня пластична складова.

Відеоуроки включають в себе базові елементи ексцентрики – підтримки на двох та на трьох виконавців. На основі базових підтримок студент може створити пластично-технічну композицію, етюд, естрадний номер.

(Запис відео відбувався під час активних бойових дій в м. Харків.)

#### **Посилання на відеоуроки:**

1. берізка, вправа зі стільцем, кошик (корзинка), місток на колінах, пережат у "човнику" <https://youtu.be/C-24Z-Bct9M> (до теми 1)
2. пережат в групіровці, перекид (кувинок) вперед <https://youtu.be/5QGvFq3Q0pk> (до теми 2)
3. підтримка "баланс лежачи" <https://youtu.be/KiTfDVQfm4I> (до теми 3)
4. підтримка "кіто-пес" або "тягни-штовхай" <https://youtu.be/t2yCz28sja8> (до теми 3)
5. підтримка "літак" передній, задній [https://youtu.be/YBS4FijP1\\_0](https://youtu.be/YBS4FijP1_0) (до теми 4)
6. підтримка "мотоцикл", "стілчик", перенос на тазі. <https://youtu.be/UfBVkTPCsDs> (до теми 5)
7. підтримки "коромисло", "слоники", "колесо через партнера" <https://youtu.be/abGUiMAuUEs> (до теми 6)
8. стійка на голові <https://youtu.be/sf9x3MK0igQ> (до теми 7)
9. перекид через людину 2 варіанти <https://youtu.be/ACwK0gFT-Po> (до теми 6)

### **3. Рекомендовані джерела**

Основна література:

1. Грінє 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. - С. 143-149. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvkkarogo\\_2016\\_18\\_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvkkarogo_2016_18_22).

2. Гур'єва О. П. Витоки виникнення основних жанрів циркового мистецтва: практ. порадник. – Маріуполь: Рената, 2009.
3. Кох І. Основи сценічного руху: 38 уроків [Текст] : навч. пос. - К. : Мистецтво, 1966.
4. Лакомов В. Поезія рухів у формуванні особистості // Молода гвардія. - 1983.

Додаткова література:

1. Василько В. С. Фрагменти режисури. — К. : Мистецтво, 1967.
2. Елькіс Г. Сценічний бій як засіб пластичної виразності : [про необхідність техн. підгот. акторів до бойових сцен у виставі] / Григорій Елькіс // Український театр. - 1973. – № 4. – С. 29–31.
3. Старостін Ю. О. 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. - С. 75-78. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvkkarogo\\_2019\\_24\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvkkarogo_2019_24_12)
4. Тополевський В. Ю., Бельський С. О. Основи сценічного руху, бою та фехтування [Текст] : навч.-метод. посіб. для практ. занять та самоств. роботи студ. 2-4 курсів спец. «Актор драматичного театру та кіно» / В. Ю. Тополевський, С. О. Бельський; Харк. держ. акад. культури. — Х. : ХДАК, 2012.
5. Абрамович О.О., Кудренко А.А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений. 2019. № 9(1). С. 133-136.
6. Бельський С. О. Сценічний рух – основа органічної поведінки актора. Культура України. 2012. № 39. С. 213-224.
7. Грін'є Т. Музична ексцентрика на естраді в епоху глобалізації. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого. 2016. №18. С. 143-149. Режим доступу:<http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvkkarogo> (дата звернення: 27.08.2021).
8. Десятник Г.О., Лимар Л.Д. Основи акторської майстерності в екранній творчості: тексти лекцій [науковий редактор доктор наук із соціальних комунікацій Гоян В.В.]. Київ, Інститут журналістики КНУ імені Тараса Шевченка, 2020. 108 с.
9. Сварник Б. Поезія фізичного вираження Е. Декру в контексті формування сучасного мистецтва пантоміми. Культура і сучасність: альм. Київ. 2021. №1. С. 148-153.
10. Старостін Ю. Акторський тренінг: його зміст та основа. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К. Карпенка-Карого. 2016. Вип. 19. С. 201–204