МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Карпатський національний університет імені Василя Стефаника
Навчально-науковий Інститут мистецтв
Кафедра сценічного мистецтва і хореографії

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Пластичне виховання актора»

Рівень вищої освіти – магістр
Освітньо-професійна програма «Акторське мистецтво драматичного театру і кіно»
Спеціальність «Перформативні мистецтва»
Спеціалізація «Сценічне мистецтво»
Галузь знань «Культура, мистецтво та гуманітарні науки»

м. Івано-Франківськ – 2026

Робоча програма навчальної дисципліни «Пластичне виховання актора» підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань «Культура, мистецтво та гуманітарні науки», спеціальності «Перформативні мистецтва» за освітньо-професійною програмою «Акторське мистецтво драматичного театру і кіно».

Розробник: Садоха-Дівончук Анна Анатоліївна, асистентка кафедри сценічного мистецтва і хореографії

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми  Кукуруза Н. В.

Схвалено на засіданні кафедри сценічного мистецтва і хореографії

протокол № 01 від 26 серпня 2026 року

Завідувач кафедри  Кукуруза Н. В.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради навчально-наукового інституту мистецтв

протокол №01 від 28 серпня 2026 року

Голова науково-методичної ради  Макогін Г.В.

Затверджено

Директор / декан  Федорак В.В.

31 серпня 2026 року

1. Загальна інформація	
Назва навчальної дисципліни	Пластичне виховання актора
ПІБ	Садоха-Дівончук Анна Анатоліївна
Контактний телефон викладача	0978314693
E-mail викладача	anna.sadokha-divonchuk@cnu.edu.ua
Форма навчання	денна
Статус навчальної дисципліни	вибіркова
Обсяг навчальної дисципліни	3 кредити ECTS, 90 годин
Курс (рік навчання)	II
Семестр	I
Форма підсумкового контролю	залік
Мова навчання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/
Графік консультацій	Очні консультації згідно графіку

2. Передумови вивчення навчальної дисципліни

Передумовами вивчення дисципліни є базові знання та практичні навички у сфері акторської майстерності, сценічного руху, пластики та психофізичного тренінгу. Здобувачі мають володіти основами роботи з тілом, рухом, простором і партнером та бути готовими до подальшого вдосконалення сценічної пластики.

3. Анотація до навчальної дисципліни

Курс «Пластичне виховання актора» є однією з вибіркових навчальних дисциплін спеціальності В6 Перформативні мистецтва, спеціалізації В6.01 Сценічне мистецтво (вивчається у 3 семестрі).
Курс спрямований на поглиблення професійної компетентності магістра через удосконалення психофізичного апарату актора та опанування складних форм сценічної пластики. Дисципліна постає як комплексний тренінг, спрямований на розвиток тілесної свободи, координації, пластичної виразності й усвідомленого володіння тілом. Робота інтегрується з розвитком внутрішнього стану, сценічної уваги, уяви та логіки фізичної дії в художньому просторі.

4. Мета вивчення навчальної дисципліни

Метою курсу «Пластичне виховання актора» є формування поглибленої професійної та психофізичної компетентності магістрів через синтез технічної майстерності володіння тілом з акторською органікою. Курс спрямований на розвиток здатності до свідомого керування психофізичним станом, опанування складних пластичних партитур та забезпечення художньо переконливої індивідуальної та колективної взаємодії.

5. Програмні компетентності та результати навчання

Інтегральна компетентність

Здатність розв’язувати складні мистецькі задачі у процесі професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій та характеризується невизначеністю умов і вимог.

Загальні компетентності

ЗК2. Здатність переносити теоретичні концепції та методи на розв'язання конкретних фахових задач, адаптувати набуті знання до нових і нестандартних ситуацій у практиці сценічного мистецтва.
ЗК4. Здатність до системного аналізу складних явищ і процесів, критичного оцінювання суперечливих або неповних даних, побудови аргументованих суджень та прийняття обґрунтованих рішень в умовах невизначеності - у тому числі у сфері мистецтва та освіти.ЗК6. Здатність ініціювати й розробляти оригінальні художні та організаційні ідеї, виходити за межі усталених підходів, генерувати нестандартні рішення творчих і професійних проблем.
ЗК7. Здатність ефективно працювати як у складі творчих і фахових колективів - беручи на себе різні ролі, зокрема лідерську, так і самостійно планувати й реалізовувати завдання з повною відповідальністю за їх результат.

Фахові (спеціальні) компетентності
ФК2. Здатність на поглибленому рівні застосовувати і творчо синтезувати специфічну систему виражальних засобів сценічного мистецтва — пластичних, звукових, акторських, монтажно-композиційних, сценарно-драматургічних - при самостійному створенні та художньому осмисленні складних сценічних творів.
ФК4. Здатність брати на себе відповідальність за організацію та координацію роботи творчої групи в процесі підготовки і випуску сценічного твору: розподіляти задачі, узгоджувати художні рішення і забезпечувати якість спільного продукту.
ФК8. Здатність передавати спеціальні знання про сценічне мистецтво та власний виконавський і педагогічний досвід у різних форматах і для різних аудиторій; розробляти авторські методики, навчальні матеріали й програми практичної підготовки.
ФК9. Здатність самостійно планувати і здійснювати дослідження в галузі теорії, історії та практики сценічного мистецтва; підготовляти результати у форматах наукових публікацій, доповідей і методичних розробок відповідно до стандартів академічної доброчесності.
Програмні результати навчання
ПРН 07. Представляти результати власної творчої та дослідницької діяльності на публічних майданчиках — від сценічних показів до наукових форумів і грантових конкурсів; формулювати й захищати авторську концепцію перед фаховою аудиторією.
ПРН 10. Генерувати оригінальні творчі ідеї, що виходять за межі відтворення наявних зразків; проєктувати і реалізовувати авторські сценічні концепції з обґрунтуванням їх художньої та культурної цінності.
ПРН 11. Ефективно взаємодіяти в складі творчого колективу, розуміючи природу художнього синтезу сценічному творі; координувати роботу окремих учасників процесу та брати відповідальність за якість спільного результату.
ПРН 16. Передавати фаховий виконавський і педагогічний досвід у різних форматах — майстер-класи, індивідуальне наставництво, навчально-методичні матеріали; сприяти професійному розвитку інших осіб, спираючись на рефлексію власної практики.

6. Організація навчання

Вид заняття	Загальна кількість годин	
	денна форма	заочна форма
лекції	—	—
практичні заняття / семінарські заняття	30	—
лабораторні заняття	—	—
самостійна робота	60	—

Тема	Кількість годин									
	денна форма					заочна форма				
	лекції	практ./сем.	лаб.	самост. робота	разом	лекції	практ./сем.	лаб.	самост. робота	разом
Пластичне виховання актора: мета, завдання та значення у професійній діяльності	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Спостереження як метод розвитку пластичної виразності актора. Аналіз пластики людини	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Робота над поставою та координацією тіла: виконання вправ біля дзеркала для самокорекції положення голови та плечового поясу.	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Органіка тіла актора: свобода руху, координація та подолання психофізичних затисків	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Пластичний образ: трансформація тіла як засіб створення сценічного персонажа	0	3	0	6	9	—	—	—		
Пластика і тілесність у театральних практиках XX–XXI століття. Дослідження різних підходів до роботи актора з тілом.	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Практичне освоєння пластичних принципів театральних практик XX–XXI століття: тренінг та експеримент	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Взаємодія актора з партнером: пластичний діалог і тілесна комунікація	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Пластика у створенні сценічної дії: від імпровізації до репетиційної партитур	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Сценічне існування актора: підготовка та показ пластичної композиції	0	3	0	6	9	—	—	—	—	—
Разом	0	30	0	60	90	—	—	—	—	—

Поточний контроль

Тема заняття	Форми та методи оцінювання	ПРН	Рівень

Пластична організація тіла актора: координація, рівновага, гнучкість, сила, робота з простором і ритмо	Форми навчання: практичні заняття, індивідуальна та групова робота, пластичні вправи, тренінгові завдання, імпровізація. Методи навчання: практичні, наочні, творчі, пошукові, інтерактивні. Поточне спостереження та оцінювання виконання практичних завдань.	ПРН 10, ПРН 11	A–F (100–1)
Пластична виразність актора: внутрішній стан, пластична дія, трансформація та створення сценічного образу	Практичні заняття, творчі етюди, імпровізація, робота в парах і групах, аналіз пластичних прийомів, публічний показ. Методи навчання: практичні, творчі, аналітичні, пошукові, інтерактивні. Оцінювання індивідуальних і групових творчих завдань та їх презентації.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	A–F (100–1)
Самостійна робота			
Тематика самостійних робіт	Форми та методи оцінювання	ПРН	Рівень
Щоденна практика роботи з тілом: вправи на гнучкість, мобільність та зміцнення м’язового корсета	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	A–F (100–1)
Спостереження за пластикою людини: аналіз ходи, жестів, поз, характерних рухів і тілесних напружень у публічному просторі.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
Взаємозв’язок внутрішнього стану та пластики: практичне дослідження зміни характеру руху залежно від заданого внутрішнього стану.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	

Пластична трансформація актора: зміна ходи, темпу, ритму, центру ваги та жестової поведінки для створення фізичних характеристик персонажа.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
Пластика в театральних практиках XX–XXI століття: опрацювання матеріалів про пластичні принципи та методи роботи окремих театральних митців.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
Пластичні принципи творчості Піни Бауш: аналіз та практичне опрацювання окремих пластичних прийомів.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
Пантоміма Марселя Марсо: ознайомлення із засобами пантоміми та виконання вправ на тілесну виразність.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
Створення пластичного етюду: розробка індивідуального етюду на основі спостереження, образу або заданого фізичного стану.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
9. Пластична взаємодія з партнером: виконання парних вправ на сценічну увагу, контакт, реакцію та узгодженість руху.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	

Інтеграція пластики та сценічної дії: підготовка й показ індивідуального або групового пластичного етюду.	Форми навчання: практичні заняття, самостійна робота, творчі завдання, пластичні вправи, етюди, спостереження, презентації та публічні покази. Методи навчання: словесні, наочні, практичні, творчі, пошукові, аналітичні, інтерактивні.	ПРН 07, ПРН 10, ПРН 11, ПРН 16	
Індивідуальні завдання			
Тематика індивідуальних завдань	Форми та методи оцінювання	ПРН	Рівень

7. Критерії оцінювання результатів навчання	
Форма підсумкового контролю	залік
Загальна система оцінювання	Оцінювання знань здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Порядку організації та проведення оцінювання результатів навчання успішності здобувачів вищої освіти Карпатського національного університету імені Василя Стефаника.

Вага оцінювання форм поточного контролю	
лекції	
практичні / семінарські	20
лабораторні	
індивідуальне завдання	
контрольна робота	

самостійна робота	30
Вага оцінювання форми підсумкового контролю	
залік	50

Шкала оцінювання	
Рівень	Критерій
A (90–100)	Здобувач вищої освіти демонструє глибокі системні знання навчального матеріалу, вільно володіє понятійним апаратом, здатний самостійно аналізувати, узагальнювати та застосовувати отримані знання у стандартних і нестандартних ситуаціях.
B (80–89)	Здобувач вищої освіти демонструє високий рівень знань навчального матеріалу, впевнено застосовує основні теоретичні положення та допускає незначні неточності.
C (70–79)	Здобувач вищої освіти загалом правильно відтворює навчальний матеріал, володіє основними знаннями та навичками, але допускає окремі помилки у застосуванні.
D (60–69)	Здобувач вищої освіти володіє базовими знаннями навчального матеріалу, відповіді є неповними, наявні суттєві неточності та труднощі у практичному застосуванні.

E (50–59)	Здобувач вищої освіти демонструє мінімально достатній рівень знань, відтворює лише окремі положення навчального матеріалу та допускає значну кількість помилок.
FX (26–49)	Здобувач вищої освіти не засвоїв значну частину навчального матеріалу, допускає грубі помилки, але має можливість повторного складання підсумкового контролю.
F (1–25)	Здобувач вищої освіти не володіє навчальним матеріалом, не здатний виконати основні завдання дисципліни та потребує повторного вивчення курсу.

8. Політика навчальної дисципліни

Академічна доброчесність. Викладання навчальної дисципліни та взаємодія зі здобувачами ґрунтуються на принципах академічної доброчесності відповідно до чинних нормативних документів Карпатського національного університету імені Василя Стефаника:

- Кодекс академічної доброчесності Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (https://surl.li/ctufpk)
- Кодекс честі Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (https://surl.li/kvweic)
- Положення про систему забезпечення академічної доброчесності Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (https://surl.li/pxfcef)
- Положення про порядок розгляду повідомлень про порушення академічної доброчесності, застосування заходів реагування та оскарження Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (https://surl.li/vzzmem)
- Процедура забезпечення дотримання академічної доброчесності Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (https://surl.li/kipjui)

Відвідування занять. Організація освітнього процесу та контроль знань здобувачів здійснюються відповідно до Положення про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу (http://surl.li/rokxqk) і Порядку організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти (https://surl.lt/uinnsy).

Неформальна освіта. Визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, здійснюється відповідно до Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти (https://surli.cc/caszlv).

9. Рекомендована література

Основна література

1. Авраменко С. М. Пластична культура актора: теорія та практика формування: навчальний посібник. Київ: Видавництво Ліра-К, 2022. 248 с.

2. Гринишина Ю. В. Сценічний рух та пластика: від вправи до образу. Мистецтвознавство та освіта. 2021. № 2. С. 45–51.

3. Кравчук Л. С. Психофізика акторської дії у сучасному театральному просторі. Київ: Фенікс, 2023. 192с.

4. Михайлюк В. М. Методика викладання спеціальних пластичних дисциплін: методичні рекомендації для магістрів. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2022. 86 с.

5. Степанов Г. О. Пластична виразність як засіб створення драматичного конфлікту. Одеса: Астропринт, 2022. 156 с.

6. Черкашин С. В. Актор у сучасному перформансі: межі фізичних можливостей. Київ: Академвидав, 2024. 210 с.

Додаткова література

1. Бойко О. С. Біомеханіка сценічної дії: розвиток координації та реакції магістра акторського мистецтва. Культура і сучасність. 2022. № 1. С. 78–84.

2. Коваль О. І. Взаємодія партнерів у сценічному просторі: психологічні та технічні аспекти. Вісник НАКККіМ. 2021. № 3. С. 115–121.

3. Погребняк Г. П. Пластична культура як складник професійної майстерності актора та режисера. Київ: НАКККіМ, 2023. 180 с.

Викладач Садоха-Дівончук Анна Анатоліївна