

*На правах рукописи*

*Нижельской Виктор Александрович*

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ  
ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДРАМАТИЧЕСКОГО АКТЕРА**

13.00.08 - теория и методика профессионального образования

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Москва – 2020

**Работа выполнена в Федеральном государственном бюджетном научном учреждении «Институт художественного образования и культурологии Российской академии образования»**

**Научный руководитель:** кандидат педагогических наук  
**Некрасова Людмила Михайловна**

**Официальные оппоненты:** доктор педагогических наук, доцент, кафедра современной хореографии ФГБОУ ВО «Московский государственный институт культуры», профессор  
**Никитин Вадим Юрьевич**

кандидат педагогических наук, отдел издательской и научно-исследовательской работы ГБОУ ВО города Москвы «Московский государственный институт музыки имени А.Г. Шнитке», старший научный сотрудник  
**Ганичева Юлия Владимировна**

**Ведущая организация:** **Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Казанский государственный институт культуры»**

Защита диссертации состоится «01» декабря 2020 года в 15.00 часов на заседании диссертационного Совета Д 008.015.01 в Федеральном государственном бюджетном научном учреждении «Институт художественного образования и культурологии Российской академии образования» по адресу: 119121, г. Москва, ул. Погодинская, дом 8, корп. 1.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте Федерального государственного бюджетного научного учреждения «Институт художественного образования и культурологии Российской академии образования».

Адрес сайта: [www.art-education.ru](http://www.art-education.ru)

Автореферат разослан «    » \_\_\_\_\_ 2020 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета,  
кандидат педагогических наук

Е.В. Боякова

## I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность темы исследования.** В условиях современного стремительного развития театрального искусства и киноиндустрии особое значение приобретает процесс профессиональной подготовки актера. Молодым актерам необходимо осваивать профессию с учетом динамики требований к уровню профессиональных компетенций, с которыми им придется столкнуться при работе в театре и кино.

Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года, Стратегия государственной молодежной политики в РФ, Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (2012) отражают направления современного образования, нацеленные на формирование профессиональных компетенций, которые необходимы для социальной жизни и актуальны для художественной культуры.

Главной характеристикой современного спектакля является многожанровость и полифония сценического действия. В репертуаре большинства театров представлены драматические спектакли, музыкальные постановки, а также пластические перформансы и мюзиклы. Творчество драматического актера традиционно направлено на воплощение психологического мира персонажа, его эмоций и чувств, однако, современная режиссура требует большего разнообразия выразительных средств. Сегодня растёт число постановок, в которых главным выразительным средством становится невербальное существование, когда актёр на сцене выражает себя через движение и пластику, действие и поведение.

В Федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования по направлению подготовки 52.05.01 указывается, что для полноценной творческой деятельности современному актёру необходимо быть универсальным профессионалом, который не только владеет основами классической хореографии, разнообразными стилями современного танца, пантомимой, вокалом, но еще может самостоятельно осваивать новые выразительные средства, необходимые для спектакля. Отсюда следует, что пластическая культура, сформированная с учетом условий работы современного актера - одна из составляющих его профессионального универсализма.

Система театрального образования представляет собой гибкий и технологичный педагогический процесс, отрегулированный таким образом, чтобы раскрытие творческого потенциала актеров гармонично сочетало в себе черты традиционного и современного театра.

Данное исследование посвящено разработке и научному обоснованию практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры и поиску способов объективного контроля за этим процессом.

**Степень научной разработанности проблемы.** Выдающиеся деятели театра К.С. Станиславский и Вс. Э. Мейерхольд исследовали проблему взаимосвязи сознания, движения и чувства во время актерской игры и создали свои оригинальные творческие методы, которые легли в основу театральной педагогики не только в России, но и за рубежом.

К.С. Станиславский опирался на психологическую теорию Т. Рибо, Вс.Э. Мейерхольд на психологическую теорию эмоций У. Джеймса и К. Ланге.

Серьезное влияние на современный театр в целом и на методологию преподавания дисциплин пластического цикла в театральных вузах оказал выдающийся режиссер XX века Е. Гротовский, который развивая идеи К.С. Станиславского и Вс.Э. Мейерхольда, разработал оригинальный физический тренинг для актёров, основанный на практиках традиционных театров Востока. Его последователь Э. Барба продолжил исследование феномена пластической культуры актёра, который назвал «театральной антропологией».

Профессор ВТУ им. Б. Щукина А.Б. Дрознин, видный деятель в области пластического воспитания актёра, объединил в своей педагогической практике и опыт Е. Гротовского (с которым сотрудничал), и школу сценического движения. Её родоначальниками в России были И.С. Иванов, Е.С. Шишмарёва, И.Э. Кох, А.Б. Немеровский, Г.В. Морозова. Все они считали основой пластической культуры актёра хорошую физическую подготовку, поэтому в своей педагогической деятельности широко использовали методы физической культуры, элементы фехтования и акробатики.

Исследованию взаимосвязи театрального творческого процесса со спецификой педагогической науки и художественного образования посвящены исследования В.М. Букатова, А.В. Гребенкина, А.П. Ершовой, П.М. Ершова, Б.Е. Захавы, А.Г. Кругловой, Л.М. Некрасовой, А.И. Савостьянова и др.

В процессе изучения степени научной разработанности проблемы формирования непосредственно пластической культуры в театральной школе были выявлены тенденции, которые исторически составили особенность методики подготовки драматического актёра:

- психологическая взаимосвязь сознания, чувства и движения;
- опыт традиционного театра, преимущественно восточного;
- использование упражнений физической культуры и спорта, развивающих двигательные способности актёров.

При этом следует отметить, что в процессе анализа литературы по теории и методике физической культуры и спорта выявлено достаточное количество

источников, посвященных непосредственно исследованию вопроса пластической выразительности. Особенно это касается таких видов спорта как фигурное катание, художественная гимнастика, синхронное плавание, в которых выразительность движения и пластики являются результирующим качеством. Методики спортивной тренировки содержат комплексы упражнений из хореографии, пантомимы, ритмики, направленные на развитие выразительных способностей спортсменов. Особенность подготовки спортсмена имеет свои оригинальные направления и методы обучения, которые могут быть полезными и в системе театрального искусства.

Ещё одной важной стороной выразительного движения актера, помимо его физической составляющей, является эстетическая - такие черты, как артистичность, пластичность, красота, эмоциональность затрагивают сферы психологии, философии, искусствоведения.

В этой связи возникает необходимость обьективизировать способы оценки выразительности движения, обобщить принципы телесной выразительности, выработать технологию обучения специальным двигательным действиям, которые являются составляющими пластической культуры.

Анализ теории и практики профессиональной подготовки современных актеров позволил выявить **противоречия** между:

- представлениями студентов о пластической культуре, полученными за время обучения в театральном ВУЗе и требованиями к пластической подготовке актера в профессиональном театре;

- необходимостью использовать физическую подготовку в процессе формирования пластической культуры актера и недостаточностью изучения взаимосвязи физического и эстетического компонентов выразительного движения;

- требованиями к точной оценке уровня успеваемости студентов в процессе обучения и отсутствием объективных методов определения качества их пластической подготовки.

Выявленные противоречия и потребность в изучении данных вопросов обозначили **основную проблему исследования**, связанную с процессом формирования пластической культуры актера.

Это определило тему исследования: **«Педагогические особенности формирования пластической культуры драматического актера».**

**Объект исследования:** пластическая культура современного актёра в системе профессионального образования.

**Предмет исследования:** педагогические условия формирования пластической культуры актёра.

**Цель исследования:** Разработать и теоретически обосновать педагогическую технологию формирования пластической культуры будущего драматического актера в процессе обучения в театральном вузе.

**Гипотеза.** Процесс формирования пластической культуры будущего драматического актера в процессе обучения в театральном вузе будет осуществляться наиболее эффективно, если:

- в структуре организации образовательного процесса лежат системно-деятельностный и личностно-ориентированные подходы, способствующие созданию творческой атмосферы на занятиях;

- в систему обучения внедряется практико-ориентированная педагогическая технология, основу которой составляет взаимосвязь пластических, танцевальных, пантомимических импровизаций, двигательных этюдов на метафорические и поэтические темы;

- оценка и контроль результативности педагогического процесса опираются на объективные критерии, включающие пространственно-временные характеристики анализа движения.

**Задачи исследования:**

1. Уточнить теоретические основы понятия «пластическая культура» в творчестве драматического актера.

2. Выделить научно-теоретические основания формирования пластической культуры на мировом опыте театральной педагогики.

3. Разработать структуру, содержание, принципы, этапы практико-ориентированной педагогической технологии формирования пластической культуры будущего драматического актера.

4. Выявить и научно обосновать педагогические условия внедрения технологии в практику обучения драматических актеров.

5. Выявить критерии оценки качества сформированности пластической культуры.

6. Экспериментально проверить эффективность системы формирования пластической культуры драматического актёра.

**Методологической и теоретической основой** исследования явились:

- в области физиологии: теория функциональных состояний человека (Н.А. Бернштейн, П.К. Анохин, О.В. Кубряк);

- в области психологии: исследование психологии искусства Р. Арнхейм, Л.С. Выготского, теория психологии деятельности С.Л. Рубинштейна, теория установок Д.Н. Узнадзе, исследования психофизиологии эмоций П.М. Ершова, П.В. Симонова.

- в области теории и методике физического воспитания и спорта: работы П.В. Лесгафта, Л.П. Матвеева, В.С. Фарфеля, В.И. Ляха, Ю.Д. Железняк, Л.Д. Назаренко;
- в области развивающего обучения: В.М. Букатов, Е.П.Ершова, В.В.Давыдова, Д.Б.Эльконин.
- в области культурологии и семиотики: теория семиотики знака Ю. М. Лотмана, философия искусства П.А. Флоренского, исследования истории красоты и уродства У. Эко;
- основу практического тренинга пластической выразительности составили: метод физических действий К.С. Станиславского, «биомеханика» Вс.Э. Мейерхольда и теория монтажа С.М. Эйзенштейна, театральное наследие Е.Б. Вахтангова, метод действенного анализа роли М.О. Кнебель, гимнастика чувств актёра С.В. Гиппиус;
- в области пластики и сценического движения: исследования С.М. Волконского - система выразительных движений, методика преподавания «Сценического движения» И.Э. Коха, А.Б. Немеровского, исследования А.Г. Кругловой в области педагогики профессионального образования актёра.

Применялись следующие **методы исследования**: анализ специальной литературы по теории и методике физического воспитания и спорта, психологии и философии искусства; педагогический эксперимент; анкетирование; интервьюирование экспертов; метод экспертных оценок; инструменты физиологического контроля: видеоанализ движения, видеотрекинг, тестирование на стабилоплатформе с биологической обратной связью, метод математической статистики; анализ творческих работ обучающихся; анализ и обобщение результатов экспериментальной работы.

**Эмпирической основой исследования явились:**

- организация процесса освоения предмета «Основы сценического движения» на факультете актерского искусства в Высшей школе сценических искусств;
- личная педагогическая практика соискателя диссертационного исследования в проведении предметов «Актерское мастерство» и «Сценическое движение» на факультете актерского искусства в Институте театрального искусства им. И.Д. Кобзона, на факультете современной психологии в университете Rikkyo, Токио, Япония; в процессе проведения курсов повышения квалификации для профессиональных актёров в профессиональных театрах.
- работа в качестве режиссера-постановщика специализированных физических тренингов по подготовке актёров и танцоров для драматических, пластических и оперных постановок.

– исследования в рамках работы младшим научным сотрудником лаборатории исследования функциональных состояний человека ФГБНУ НИИ Нормальной физиологии им. П.К. Анохина.

**Научная новизна.** Научно обоснована эффективная целостная структура практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры актера в театральном вузе на основе взаимосвязи пластического, физического и эмоционального компонентов в тренинге актера.

Создан и научно обоснован комплекс методических приемов и упражнений актера в условиях сцены на основе средств физиологического контроля (видеотрекинг, видеоанализ движений, использование стабиллоплатформы), входящих в развивающий тренинг и направленных на развитие профессиональных качеств актеров.

Выявлены критерии оценки выразительного движения, исходя из анализа пространственно-временных параметров двигательной деятельности актера: количество перемен поз, площадь используемого сценического пространства, количество непрерывных отрезков движения.

Раскрыты педагогические условия внедрения технологии в практику обучения драматических актеров: 1) творческая атмосфера на занятиях в коллективе единомышленников (в театральном ансамбле); 2) учет творческих амбиций и индивидуальных способностей учеников при планировании учебного процесса и управления им; 3) организация обратной связи, основанной на объективной оценке и контроле с использованием современных технических средств; 4) анализ результатов творческой деятельности учащихся с позиций интегративного подхода; дифференциация учебного материала относительно разных форм обучения (очно-заочная, мастер-класс, семинар).

**Теоретическая значимость.** Теоретически уточнено понятие «пластическая культура актера», которое рассматривается как специфическая двигательная деятельность актера, протекающая во времени в условиях реального сценического пространства по особым эстетическим и биомеханическим законам.

Впервые раскрыто понятие «практико-ориентированная технология формирования пластической культуры» как целенаправленное интегративное педагогическое воздействие на психофизические особенности обучающегося. Это способствует индивидуальному проявлению фантазии и эмоций в движениях актера в процессе создания художественного образа. Можно выделить три этапа этого процесса: физическая тренировка, пластические импровизации, оформление творческих поисков в четкий сценический рисунок.



Уточнено понятие «выразительное движение» - способность *актера* организовывать собственные пластические действия для передачи зрителю информации об определённых состояниях и ощущениях.

Выявлены и обобщены специфические особенности структуры выразительного движения, интегрирующие положения физиологии, физической культуры, театральной педагогики: единство формы и содержания, спонтанность чувственных проявлений при осознанном контроле движений, наличие архитектуры движения и пластического рисунка.

#### **Практическая значимость.**

Разработано и опубликовано учебно-методическое методическое пособие по реализации практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры драматического актёра на предмете «Сценическое движение». Экспериментальным путем доказана эффективность практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры актёра. Для объективной оценки работ учащихся адаптированы инструменты физиологического контроля: видеозахват движения и видеоанализ движения, тесты на стабильности платформы для развития пластической культуры актёра.

Практико-ориентированная технология может быть использована в целостном процессе профессионального образования актёра, а также на курсах повышения актерской квалификации, практических семинарах и мастер-классах в России и за рубежом.

Способы объективизации оценки выразительности движения могут быть адаптированы для режиссёрской деятельности, например, для записи мизансцен и фиксации пластического рисунка в процессе постановки спектакля.

Методика формирования пластической культуры может быть используется в хореографии и в видах спорта, в которых выразительность является результирующим качеством, поэтому основные элементы практико-ориентированной технологии: критерии оценки выразительности, специальные упражнения, импровизация на заданные музыкальные темы, внедрены в процесс спортивной тренировки гимнастов.

#### **Личный вклад соискателя:**

- составлен комплекс методических приемов и упражнений, направленных на развитие профессиональных качеств актёров;
- разработана практико-ориентированная технология, которая используется в процессе обучения в сфере театра и спорта, с обучающимися разных возрастных категорий, что позволяет педагогу гибко применять учебный материал;
- определена значимость инструментов физиологического контроля и приборов, позволяющая диагностировать способности обучающихся и затем

использовать индивидуальный подход с учетом их физиологических и психологических особенностей;

- сформулирован понятийный аппарат, структурирующий информацию и учебный материал для разных форм проведения занятий, который позволяет сохранить целостность учебного предмета;

- выявлены педагогические условия внедрения технологии в практику обучения драматических актеров

**Достоверность научных положений и обоснованность сделанных выводов** основана на широком анализе теоретических исследований по истории театра и театральной педагогики, психологии и физиологии, философии, искусствоведения. В основу исследований легла педагогическая практика в театральных вузах России, Японии и т.д., которая включала в себя разные форматы проведения занятий, от коротких мастер-классов до руководства курсом. Также исследования поддержаны творческой работой соискателя в качестве актера и режиссера. На практике достоверность исследований подтверждается успешными актерскими пластическими работами студентов, которые были отмечены призовыми местами и Гран-при на фестивалях пластики и сценического движения в РГИСИ и ВТУ им. Б. Щукина в 2017-2019 гг.

**Этапы исследования.** Первый этап (2005-2013). Выявлены проблемы в практике формирования пластической культуры актера в театральном ВУЗе, начат сбор теоретического материала по основным вопросам проблемы. На практике освоены методики преподавания в процессе работы в традиционном японском театре Кабуки, основные движения театра «Но». Проведено обширное теоретическое исследование актерского искусства с позиций психологии, философии, педагогики. На практике проверялись элементы методики, такие как сочетание физического тренинга актера с игровыми задачами перевоплощения, этюдным методом работы, упражнениями психомоторной тренировки, восточными практиками тайцзи, цигун.

Второй этап (2013-2017). Подготовка, проведение и анализ результатов педагогического эксперимента на актерском курсе. Эксперимент проходил в рамках предмета «Сценическое движение». Основными способами контроля были: прохождение полосы препятствий, которая отражала уровень физической подготовки, а также выполнение пластических этюдов на заданную тему. Пластическая выразительность оценивалась методом экспертных оценок.

Третий этап (2017-2019). Обобщение собранного материала, анализ данных, полученных в экспериментальной части исследования, методами математической статистики, обсуждение результатов на конференциях,

подготовка и публикация статей по теме исследования, написание текста диссертационной работы.

**База исследования:** Негосударственное образовательное частное учреждения Высшего образования «Высшая школа сценических искусств», Автономная некоммерческая организация «Образовательная организация высшего образования «Институт театрального искусства», ФГБНУ НИИ Нормальной физиологии им. П.К. Анохина, Университет RIKKYO (Япония) факультет современной психологии, Театр мюзикла SHIKI (Япония), МГОУ кафедра теории и методики физического воспитания и спорта.

**Апробация и внедрение результатов исследования** происходили в процессе педагогической деятельности со студентами театральных ВУЗов, актерами, молодежным Олимпийским резервом сборной Японии по художественной гимнастике, танцорами.

Технология прошла внедрение на актерских курсах НОЧУ ВО «Высшая школа сценических искусств», АНО ООВО «Институт театрального искусства им. И.Д. Кобзона». Студенты, прошедшие курс пластической подготовки, успешно выступали на фестивалях пластики и сценического движения, а после выпуска применяют полученные знания в работе на сценах московских театров.

Положения исследования отражены в 10 публикациях в рецензируемых журналах ВАК, представлены на семинарах и мастер-классах по актерскому мастерству и пластике, которые устраиваются ежегодно в Токийском театре Юного зрителя, Театре мюзикла SHIKI, в Академии научного изучения танца Японии DSA; а также Ежегодной международной научно-практической конференции «Актуальные вопросы медико-биологического сопровождения хореографии и спорта» в Академии Русского балета им. А.Я. Вагановой в 2016, 2017, 2019 гг., на XLIV Итоговой сессии НИИ Нормальной физиологии им. П.К. Анохина в 2019 г.

На основе внедренной технологии создано учебно-методическое пособие «Сценическое движение. Базовые элементы».

### **Основные положения, выносимые на защиту:**

1. Формирование пластической культуры драматического актера в системе профессионального образования является управляемым педагогическим процессом, который направлен на развитие умения организовывать двигательную деятельность в сценическом пространстве с учетом эстетики спектакля и биомеханики движений.

2. Основным подходом к формированию пластической культуры актера является интегративный подход, основанный на сбалансированном соотношении психологических, физических и эстетических задач в процессе пластического тренинга актера.

3. Система объективизации оценок выразительности движений, выстроенная с учетом физических параметров движения, необходима для диагностики профессиональных качеств актера и контроля учебного процесса.

4. Создание и внедрение в театральную практику педагогической технологии представляет собой современный подход, использование которого позволит повысить эффективность образовательного процесса. Общими характеристиками технологии являются целостность, структурность, иерархичность.

**Структура диссертации.** Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

## II. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

**Введение** включает в себя обоснование актуальности исследования, формулировку цели, задач, объекта, предмета и гипотезы исследования; представлены методологическая и теоретическая база исследования; пояснены научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы; приведены положения, выносимые на защиту.

**В первой главе «Теоретические основания проблемы формирования пластической культуры драматического актёра»** рассматриваются теоретические основы понятия «пластическая культура актёра» в исторической перспективе становления театрального искусства и зарождения театральной педагогики. Анализируется место пластической культуры в структуре современного профессионального образования актера.

Формирование пластической культуры актера всегда было ключевым звеном образовательных систем в актерском искусстве. Одна из самых значимых систем носит имя своего создателя К.С. Станиславского. Идеи Станиславского развивались его учениками и последователями, благодаря этим усилиям возникла уникальная система подготовки актера драматического театра и кино. Фундаментальный вклад в формирование системы внесли актеры и режиссеры В.И. Немирович-Данченко, Е.Б. Вахтангов, Н.Н. Евреинов, Б.Е. Захава, С.М. Михоэлс. Основываясь на профессиональном сценическом опыте, выявляли закономерности природы актёрского искусства и создали специальные актерские упражнения, направленные на развитие профессиональных навыков актера. В работах «Поэзия педагогики» М.О. Кнебель и «Воспитание актёра школы Станиславского» Г.В. Кристи были обобщены в единую систему практические искания Станиславского и его последователей. Особенность актерской игры в русском театре заключается в том, что сценическое существование актера на сцене должно быть живым и

реалистично передавать чувства и духовный мир персонажа. Уникальность отечественного театрального образования в том, что масштаб учебного процесса охватывает все задачи актерской профессии, предполагаемые «системой Станиславского», в основе которой лежит понятие о действии как творческом способе создания роли. Оно реализуется через тело актера, являющееся психофизическим «аппаратом воплощения». Станиславский условно выделил две стороны работы этого аппарата - психическую («внутренняя техника») и физическую («внешняя техника»). Дисциплины, которые составляют профессиональную подготовку актера, направлены на освоение этих техник. Поскольку разделение этих техник условно, в конечном итоге актеру на сцене необходимо свободно уметь пользоваться всеми приобретенными навыками.

В процессе обучения предметы профессиональной направленности: мастерство актера, сценическая речь, сценическое движение, танец, ритмика должны быть связаны между собой.

Мастерство актера выделено как отдельный, основной предмет. Его дополняют сценическое движение, сценическая речь и т.д. И все вместе они оказывают развивающее воздействие на целый комплекс психофизических качеств, важных для профессионального актёра.

Цель и задача предмета «Сценическое движение» подготовить физический аппарат актера к сценической деятельности. Несмотря на наличие предмета «Танец», именно «Сценическое движение» в большей мере формирует пластическую культуру актера. Этот предмет представляет собой систему физической и пластической подготовки актера, которая составлена специально в соответствии необходимыми профессиональными умениями. Предмет состоит из различных разделов: развитие психофизических качеств, основы физической тренировки, гимнастики, акробатики.

В характеристике пластической культуры актера Г.В. Морозова, автор теоретических трудов и ряда исследований, выделяет три фактора: *способность, готовность, потребность*. Под способностью подразумеваются изначальные анатомические и психофизические данные актера. Готовность - это тренированность тела, как «аппарата воплощения», объем профессиональных умений и навыков. Потребность можно свести к тому, что актер должен чувствовать потребность и необходимость в создании пластической формы роли. Эти три фактора говорят о наличии живой культуры пластической выразительности у актера.

Проблема телесной выразительности в искусстве актера всегда была актуальна, поскольку восприятие красоты и прекрасного очень субъективно. Каждая новая культурная эпоха влекла за собой появление новых

выразительных средств на сцене и новую театральную эстетику.

Современные отечественные работы, посвящённые проблемам пластической выразительности, а также теории и практике сценического движения отражают использование исторически сложившегося междисциплинарного подхода в научных исследованиях.

Однако, театральное искусство существовало задолго до появления школы Станиславского. Известны виды древнего театра, в которых также есть традиции воспитания актёра. Проводя исследование современного театра нельзя забывать, что некоторые виды традиционного театрального искусства Китая, Японии, Италии были известны Станиславскому и Мейерхольду, и оказали на их творчество большое влияние. Поэтому анализ театральной педагогики в разных театральных традициях позволит шире взглянуть на ее современность и перспективы.

В отличие от русского драматического театра японский традиционный театр не имеет такой стройной и понятной методики воспитания актёра. Каждое театральное направление имеет каноны исполнения танцев, песен, актерской игры. Для соблюдения канонов актёру требуется определенное техническое оснащение. В освоении этих навыков заключается овладение актерским мастерством. Если актёр правильно, т.е. в соответствии с канонами выполняет сценическое действие, то оно уже приобретает художественность. Это важная методическая особенность традиционных форм японской театральной педагогики, которая заключается в приобщении актёра к устоявшимся канонам театра. В традиционных эстетических рамках, осуществляя движения в соответствии с определенными условиями пластической культуры, актёр погружается в поэтизированный, метафизический мир.

В русском театре акцент сделан на развитие природных способностей актёра, поэтому появляются более широкие жанровые возможности. Актёры театров Но и Кабуки сосредоточены на сохранении традиций своей династии, много времени тратят на доведение уровня исполнительской техники до идеального мастерства и воспитать следующее поколение. Каждый выход актёра на сцену - это вклад в сохранение наследия театра, который и сегодня как много веков назад привлекает зрителей, в его эстетике мировая культура современности не раз черпала идеи для новых театральных форм (танец Буто, театральная система Тадаси Судзуки, театральные опыты А. А. Васильева).

Анализ методических подходов к формированию пластической культуры актёра в современной театральной педагогике и в практике традиционного японского театра показал, что традиционный подход отличается преемственностью, отсутствием научного обоснования системы обучения. В

нем ярко выражены метафоричность терминов и понятий, поэтизация творчества, образность и символичность движений актера и его пластики. Современная театральная педагогика имеет систему обучения со специальными дисциплинами, которые комплексно развивают способности обучающихся в направлении, необходимом для профессиональной деятельности.

Пластическая культура рассматривает тело актера как сценический объект. Движения, которые выполняет актер, не возникают спонтанно, не обусловлены жизненной необходимостью, а наоборот, они полностью подчинены условиям сцены. Умение целенаправленно действовать на сцене, т.е. соответствовать эстетике спектакля, взаимодействовать со сценическими партнерами, быть интересным и понятным для зрителя, вот что говорит о подготовленности актера.

Гармоничный синтез разнообразных двигательных умений и навыков акробатики, гимнастики, танца, пантомимы, жонглирования, эквилибристики формирует пластическую культуру современного актера. Эта культура связана с особой тренированностью тела, особым умением человека управлять движениями. При разработке практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры актера важно учитывать особенности пластического тренинга.

Центральным элементом пластической культуры актера является выразительность, качество, которое проявляется на протяжении всего времени нахождения актера на сцене. Выразительность движений и поз, жестов и мимики, все это в целом относится к движениям тела, которые иногда похожи на повседневные, но на сцене оформляются и укрупняются. Телесность и выразительность движений составляют основу понятия «пластическая культура» актера и занимают центральное место в структуре практико-ориентированной технологии ее формирования.

Формирование пластической культуры актера - многозадачный процесс. Он включает в себя физическую подготовку обучающихся, т.е. особое физическое воспитание, развивающее тело в необходимом для сценической деятельности направлении. Также воспитывает чувства красоты движения, формы и стиля.

На рисунке 1 представлена разработанная структура практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры актера.

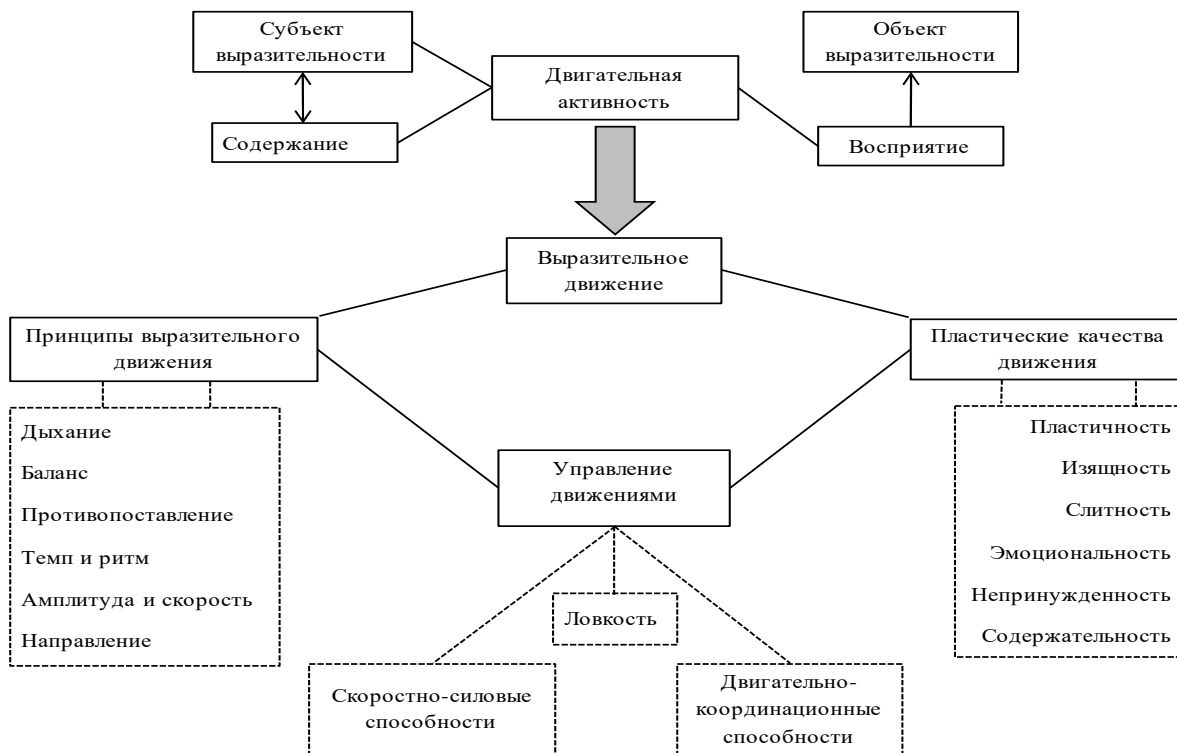
Для решения педагогической задачи формирования пластической культуры актера используется интегративный подход, в основе которого лежит целостное взаимодействие компонентов выразительного движения. На этом основании можно выделить основные принципы технологии:

- обеспечение взаимопроникновения структурных компонентов

выразительного движения путем интегрального развития двигательных способностей в сочетании с освоением пластических принципов выразительности;

- формирование методических принципов упражнений с учетом взаимосвязи компонентов выразительного движения;

- применение комплексных способов оценки и контроля учебного процесса.



**Рис. 1 Структурные компоненты технологии формирования пластической культуры актера**

Для того, чтобы движение стало «выразительным», необходимы три условия.

Первым условием является наличие содержания в выразительных действиях. Действия актера несут в себе содержание. Это может быть социальный жест, представление эмоционального состояния, обозначение порядка действий, движение по эстетическому канону, выполнение которого является выражением красоты танцевального движения. Отсутствие содержания в движении субъекта выразительности говорит о том, что движение не является выразительным по определению.

Второе условие заключается в наличии воспринимающей стороны, объекта выразительности. Того, к которому направлено выразительное движение, который должен принять, почувствовать, понять содержание.



Важность этого фактора в том, что только этот объект может оценить качество и интенсивность выразительности движения. Отсутствие этого фактора так же говорит о том, что данное движение не является выразительным.

Третье условие - реализация выразительного движения как двигательного акта, т.е. возможность выполнить эти самые содержательные движения, направив их на объект выразительности. Например, чтобы совершить жест приветствия пожатием руки, нужно иметь возможность производить движение рукой; задумав выразить какое-либо содержание в танце, нужно уметь выполнить танцевальные движения; для того, чтобы привлечь к себе внимание людей нужно определенным образом расположить себя в пространстве и т.д. Этот третий фактор включает в себе реализацию выразительного движения как двигательного акта.

Этим движениям свойственен целый комплекс характеристик, которые составляют эстетическую ценность выразительности. К ним относятся: пластичность, изящность, слитность, а также артистичность, эмоциональная наполненность, осмысленность, непринужденность. Культура пластической выразительности заключается в развитой способности актера сознательно контролировать степень проявления этих чувственных характеристик.

Повышение культуры пластической выразительности заключается в освоении новых принципов построения и управления движением. В этом процессе проявляются, с одной стороны, двигательные способности и двигательный опыт человека, с другой, принципы пластической выразительности, известные в скульптуре, живописи, хореографии. Двигательные способности составляют основу живых движений актера, но при этом сама по себе физическая подготовка без хорошо освоенных принципов пластической выразительности еще не гарантирует высокий уровень выразительности движений на сцене.

Необходимость управления выразительными движениями, основанная на взаимосвязи двигательных способностей и пластических качеств движения, определяет интегрированный подход к обучению выразительным движениям, которые составляют основу практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры актера.

Выдающиеся ученые психологи и физиологи не раз касались проблемы творчества актера, психофизиологических аспектов сценических движений и эмоций: Р. Арнхейм, Л.С. Выготский, П.М. Ершов, Н.А. Бернштейн, П.В. Симонов. Вопросы, связанные с пластической культурой актера, выразительным движением остаются по-прежнему актуальными. Они имеют большой научный и творческий потенциал, поскольку меняются формы

искусства, вместе с ними меняются законы сценического существования актера, которые требуют новых научно-обоснованных подходов.

**Во второй главе: «Опытно-экспериментальная работа по формированию пластической культуры драматического актёра»** представлено описание опытно-экспериментальной работы по внедрению практико-ориентированной технологии формирования пластической культуры актера в учебный процесс, представлены разработки использования инструментов физиологического контроля для исследования движений актера и описаны способы объективной оценки результатов педагогического процесса обучения актеров выразительным движениям.

Научный анализ литературы по проблеме исследования позволил выявить теоретические основания для использования средств и методов физиологии и психологии при разработке образовательной технологии формирования пластической культуры актера.

В экспериментальной части исследования приняли участие более 90 человек: актеры и студенты театральных Вузов, педагоги и хореографы.

При разработке теоретических основ технологии формирования пластической культуры актера были отмечены проблемы, связанные с формулировкой понятия «выразительное движение», также с недостаточно выявленной ролью физических упражнений в воспитании актера. Для разрешения этих проблем был проведен опрос профессиональных актеров, педагогов пластических дисциплин театральных вузов, а также спортсменов, для которых качества «артистизм», «пластичность», «выразительность» являются оценочными критериями выступления. В опросе приняли участие 23 человека: 14 – спортсменов, 5 – актеров, 4 – педагога.

Данные опроса свидетельствуют, что воспитание пластической выразительности большинством респондентов рассматривается как процесс физического развития с формированием специальных сценических навыков на базе общих двигательных способностей. При этом актеры не выделили физическую тренировку как основополагающее условие формирования пластической культуры. Они склонны расценивать физическую тренированность тела как условие здорового образа жизни. Поэтому можно предположить, что опытный актер может быть выразительным и без физической подготовки, но при этом хорошая физическая форма важна для жизни и здоровья. Это говорит о том, что были заложены верные основы пластической культуры на ранних стадиях образовательного процесса, и сформированные навыки определяют способ актерского существования на сцене и не требуют специального сознательного контроля. Педагоги по танцу и

сценическому движению отмечают важность гармоничной связи физической пластической подготовки. Физическая тренировка актуальна только в комплексе специальных упражнений пантомимы, ритмики, пластической импровизации, которые в целом формируют культуру пластической выразительности у обучающихся.

Спортсмены отметили первостепенную значимость именно физической тренировки вместе с освоением комплекса специальных дисциплин, например, ритмики и хореографии, которые направлены на развитие выразительных способностей тела. Соревновательный опыт спортсменов показывает, что без должного развития пластической выразительности одних физических показателей недостаточно для успешного выступления.

Следующей задачей исследования стал поиск возможностей использования современных технических средств для выявления различий в структуре двигательного акта, имитирующего действия, и объективной зависимости качества и структуры движения от профессиональной подготовки. В рамках исследования был проведен видеоанализ движений современными техническими средствами, которые используются для анализа биомеханической структуры движений. К этому способу анализа часто прибегают при исследовании двигательных функций тела: осанки, походки; в спорте для проверки биомеханики и точности движений.

Для пробного эксперимента мы использовали минимальную выборку участников, т.к. техническое оснащение эксперимента дорогостоящее и требует специально оборудованной базы. Добровольцами стали 3 человека с различной театральной подготовкой:

- актер-мим, человек, который профессионально владеет приемами выражения телом эмоций, имитации действий;

- студент театрального института, человек, который только осваивает профессиональные навыки актерской профессии;

- обыкновенный человек, далекий от занятий театром и пантомимой, не имеющий опыта публичных выступлений.

У испытуемого не актера параметры движения не отличались от бытовых. У студента театрального института и актера-мима наблюдались более амплитудные движения, которые имели выраженную темпо-ритмическую структуру, разделенную на фазы: медленное начало, развитие и кульминация, торможение и остановка. Студент театрального института отличался от актера-мима тем, что структура его движений была запутана, с повторяющимися фазами. Это затруднило восприятие и понимание смысла. Актер-мим действовал точно, быстро, понятно и художественно оригинально, что продемонстрировало развитую способность полностью контролировать

движения в соответствии с заданным содержанием. Такая способность оказалась менее развита у студента, и совсем не наблюдалась у испытуемого неактера.

С учетом проблематики пластической культуры актера, полученной из анкетного опроса, и биомеханических характеристик выразительного движения, отмеченных в опыте с видеоанализом, был проведен педагогический эксперимент на актерском курсе. Задача эксперимента заключалась в том, чтобы проследить взаимосвязь пластической выразительности и физических кондиций на начальном этапе обучения. Педагогический эксперимент проводился на базе Высшей школы сценических искусств (Театральная школа К. Райкина) и Института телевидения и радиовещания «Останкино» в Москве со студентами актерского курса под художественным руководством профессора актерского мастерства С.В. Шенталинского. Эксперимент охватывал три месяца первого семестра с 1-го сентября до зачета по Сценическому движению 16 декабря. Состав участников: 22 человека, которые разделены на 2 группы экспериментальную и контрольную, по 11 человек в каждой. Мужчин и женщин поровну. Возраст участников 19-20 лет.

На констатирующем этапе эксперимента было проведено тестирование пластических и физических способностей студентов. Для тестирования пластических способностей студентам было дано задание в течении 10 минут составить и затем показать пластический этюд на тему «Я ловлю бабочку» с элементами сценических трюков, пантомимы, хореографии.

Для того, чтобы повысить вариативность оценок, более тонко отразить мнение педагога, качество этюда оценивалось по 15-ти бальной шкале:

1,2,3- задание выполнено невыразительно.

4,5,6- задание выполнено с движениями, но сюжет не передан.

7,8,9- задание выполнено, сюжет и действия ясны, но движения механистичны, не передают эмоционального фона, протекают без личного включения ученика.

10,11,12- задание выполнено уверенно, используются технически простые движения и элементы, есть эмоциональное подключение, проявление артистизма.

13,14,15- задание выполнено отлично, используются технические сложные движения и элементы танца, пантомимы, трюки, эмоциональное подключение, артистизм.

Для тестирования двигательных способностей использовалась полоса препятствий, задания которой выявляли комплексный уровень двигательных способностей участников, а также включали основные акробатические и трюковые элементы. Полосу препятствий составили 7 станций.

1-ая станция «Перекладина»: вис для девушек на перекладине, для юношей одно подтягивание.

2-ая станция «Равновесие»: с разбега запрыгнуть на куб высотой 60 см., зафиксировать позу.

3-я станция «Кувырок вперед»: прыжок с куба, приземление на ноги, кувырок вперед, фиксация позы «выхода».

4-я станция «Кувырок назад»: кувырок назад.

5-я станция «Прыжок через препятствие»: разбег 3 метра, перепрыгнуть препятствие высотой 50 см, оттолкнувшись двумя ногами от пола.

6-я станция «Падение назад со стула»: элемент сценической подготовки актера. Сесть на стул, отклониться назад до потери баланса. В момент отклонения поставить ноги назад под собой, и удерживая стул рукой, сесть в «присед», затем сесть на пол, лечь на спину и выполнить перекаат назад через плечо, закончить лежа на животе.

7-я станция «Прыжки через скакалку»: вход под крутящуюся скакалку, 3 прыжка, выход.

Для того, чтобы повысить вариативность оценок, прохождение каждой станции оценивалось по 15-ти бальной шкале.

Критерии оценки:

1,2,3- зафиксирована попытка прохождения станции, задание не выполнено, станция не пройдена.

4,5,6- задание выполнено с ошибками, технически неверно, но станция пройдена.

7,8,9- задание выполнено без ошибок, движения соответствуют поставленной задаче.

10,11,12- задание выполнено уверенно, движение технически правильны, точны.

13,14,15- задание выполнено отлично, движения точны, выразительны, эстетичны.

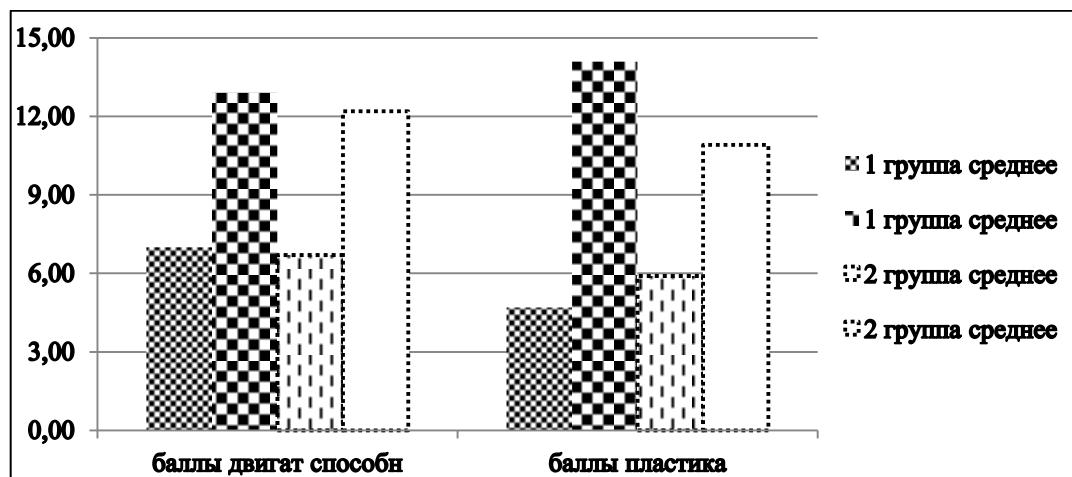
Тестирование показало, что в начале эксперимента уровень двигательных способностей в обеих группах существенно не отличался. Для первой группы его среднее значение составило 7 баллов, для второй группы 6,7 балла, разница 0,3 балла.

Оценка качества пластической выразительности также отличалась не критично, для первой группы средняя оценка пластической выразительности составила 4,7 балла, а для второй 5,9 балла, а разница среднего значения между группами составила 1,2 балла.

На формирующем этапе эксперимента, студенты были разделены на контрольную и экспериментальную группы. Промежуточный контроль

пластических способностей проведен шесть раз, по два раза в месяц, и завершился тестирование по завершении эксперимента. Всего 8 тестирований. За время проведения эксперимента было организовано два тестирования двигательных способностей, одно в начале эксперимента, другое перед завершением.

Данные тестирования двигательных способностей и пластических качеств на констатирующем и формирующем этапах эксперимента представлены в диаграмме 1.



**Диаграмма 1. Диаграмма показателей оценок двигательных способностей и пластических качеств «до» и «после» эксперимента**

*Условные обозначения:* ось по вертикали- 15-бальная шкала оценок; по горизонтали расположены диаграммы средних значений результатов тестирования двигательных способностей и пластики; черный столбик отображает результаты экспериментальной группы; пунктирный столбик отображает результаты контрольной группы; левые столбики показывают результаты констатирующего этапа эксперимента; правые столбики показывают результаты формирующего этапа эксперимента.

Контрольная группа занималась по стандартной программе предмета «Сценическое движение», в которой традиционно использовались метод физической тренировки, направленной на повышение общего уровня физической подготовки, затем переход к освоению акробатических и трюковых элементов, в направлении повышенной сложности. Пластическая и музыкальная импровизация, пантомима, упражнение на дыхание и расслабление давались в заключительной части урока. Экспериментальная группа также придерживалась предписаний учебного плана, но занималась по экспериментальной методике интегральной тренировки, которая была составлена по принципу интегрального воздействия на двигательные умения, коррелирующие с пластическими качествами.

Результаты формирующего эксперимента показывают, что эффективность формирования пластической культуры актера не зависит

полностью от развитых физических качеств и двигательных способностей. Несомненно, они являются условием для успешного освоения элементов акробатики и трюковой пластики. Но требования к степени физического развития, необходимого актеру, задает уровень его пластической культуры.

Эксперимент показал, что для профессионального образования актера наиболее эффективны упражнения физического и спортивного цикла, используемые вместе с упражнениями на импровизацию, упражнениями, развивающими фантазию и творческое воображение. Т.е. такая методика интегрального воздействия, при которой двигательная активность учащихся активизируется постановкой творческих задач. При этом формируются необходимые навыки движения на сцене, что сопровождается положительными изменениями физических кондиций.

Обучение пластической выразительности - это повышение культуры движений через освоение новых принципов построения и управления движением. Можно выделить два компонента в этом процессе:

- двигательные способности и двигательный опыт;
- принципы пластической выразительности.

Пластическая выразительность осуществляется в движении, поэтому двигательные способности составляют основу, фундамент проявления этого качества. Основой внедрения технологии в практику обучения является точное соответствие содержания и целей обучения. Содержательность, эффективность, оптимизация усилий, воспроизводимость и гибкость управления - качества, которыми можно охарактеризовать педагогическую технологию.

Для обеспечения объективного контроля процесса обучения дальнейшее исследование было направлено на поиск способа объективизации оценок пластической выразительности. Представленный способ оценки качества пластической выразительности основан на исследованиях, проведенных совместно с ФГБНУ НИИ Нормальной физиологии им. П.К. Анохина. Это пример междисциплинарного исследования сценических движений средствами физиологического контроля. Разработанная методика позволяет отойти от метода экспертных оценок при анализе пластического рисунка. Основными критериями, на которых строится система объективной оценки, стали пространственно-временные параметры движения, количество и частота изменений траектории движения, количество поз. Обнаружена корреляция этих критериев с динамикой экспертных оценок. Т.е. учащиеся, у которых показатели по этим критериям были выше, получали более высокие оценки экспертов.

Завершающий этап эксперимента посвящен исследованию взаимосвязи опорных реакций и пластической выразительности в процессе преподавания

специального курса физической культуры актерам. Приняли участие 40 молодых актеров.

Целью исследования стало изучение взаимосвязи показателей управления вертикальной позой как способа обратной связи в период пластического воспитания актера. В эксперименте принимали участие молодые актеры, для которых был организован краткий курс пластического воспитания по разработанной технологии.

В эксперименте использовалась силовая (стабилометрическая) платформа «СТАБИЛОТРЕНАЖЁР» ST-150, компьютер с штатным программным обеспечением STPL, дополнительный дисплей на регулируемом штативе, для визуального канала обратной связи. Программы для подготовки и анализа данных: STPL; MS Excel 2010; SPSS 13.0. Используя данные тестов на платформе: «проба Ромберга», «комбинированная проба», «динамическая проба», можно определить уровень стабильности вертикальной позы испытуемого, что отражает его физическое состояние.

Контроль моторной активности участников тестирования на платформе выявил, что рост показателей «пластической выразительности» достигнут не за счет улучшения двигательных способностей и физических качеств, а более за счет формирования новой стратегии двигательных действий.

В результате выявлено, что в течении краткого курса для актеров прирост оценок пластической выразительности не связан с улучшением функции постурального контроля. Это говорит о том, что пластическая выразительность формируется не столько за счет физических изменений, сколько в силу формирования новых паттернов движения, в основе которых лежат пространственно-временные показатели сценических движений.

В этой связи, среди педагогических задач при формировании методики обучения сценическим движениям на первый план выходит важность не столько физической, сколько тактической подготовки. Т.е. педагогической задачей является научить правильно, со сценической точки зрения, использовать пространство сцены.

В **заключении** диссертации изложены основные **выводы** о том, что проведённые исследования подтверждают предложенную гипотезу об эффективности интегративного подхода в процессе формирования культуры пластической выразительности.

1. Пластическая культура в творчестве драматического актера – это многоуровневая структура, включающая в себя специальные двигательные умения, основанные на эстетическом восприятии, философско-образных представлениях, художественно-ассоциативном мышлении, творческой фантазии.



2. Выделены методические подходы к формированию пластической культуры на основе мирового опыта театральной педагогики: интегральное обучение и комплексное воздействие на творческие способности обучающихся, сбалансированное сочетание творческих и пластических упражнений с физической тренировкой.

3. Определены структура, содержание, этапы практико-ориентированной педагогической технологии формирования пластической культуры будущего драматического актёра.

Отправной точкой структуры является двигательная активность, обеспечивающая, благодаря компонентам выразительного движения (дыхание, баланс, противопоставление, темп, амплитуда и скорость, направление) и пластическим качествам (пластичность, изящность, слитность, эмоциональность, непринужденность, содержательность) способность управлять движением и придавать ему выразительность.

Основные принципы технологии:

- комплексность эстетической оценки единства формы и содержания;
- поэтапность развития навыков управления движениями;
- индивидуальность выражения эмоций в движении;
- опора на художественный вкус и пластическую фантазию.

4. Выявлены и научно обоснованы педагогические условия внедрения технологии в практику обучения драматических актёров: 1) творческая атмосфера на занятиях в коллективе единомышленников (в театральном ансамбле); 2) учет творческих амбиций и индивидуальных способностей учеников при планировании учебного процесса и управления им; 3) организация обратной связи, основанной на объективной оценке и контроле с использованием современных технических средств; 4) анализ результатов творческой деятельности учащихся с позиций интегративного подхода; дифференциация учебного материала относительно разных форм обучения (очно-заочная, мастер-класс, семинар).

5. Основу критериев оценки качества сформированности пластической выразительности драматических актёров составляют: пространственно-временные характеристики перемещения по сценической площадке, количество и разнообразие используемых поз и движений, эмоциональность, образность, оригинальность пластической формы.

6. Экспериментально подтверждена эффективность системы формирования пластической культуры драматического актёра.

**Перспективы исследования** заключаются в разработке теоретических и практических подходов к профессиональному образованию актёров и специалистов смежных специальностей, основанные на комплексном

использовании средств физиологического контроля и современных методов педагогической науки.

**По содержанию исследования опубликовано 12 работ, в том числе 6 - в рецензируемых научных изданиях, входящих в перечень ВАК:**

1. Нижельской, В. А. Сценическое движение. Базовые элементы: учебно-методическое пособие. — М.: Высшая школа сценических искусств, 2018. — 120 с. - 7,4 п.л.
2. **Нижельской, В. А. Психологические проблемы развития выразительности движений и повышения качества двигательного контроля/ В.А. Нижельской, К. А. Бочавер // Спортивный психолог. — 2018. — № 3. — С. 50–56., 0,69 п.л.**
3. Нижельской, В. А. О физическом и художественном аспектах выразительного движения // Театр. Живопись. Кино. Музыка. — 2016. — № 2. — С. 165–173. - 0,92 п.л.
4. **Нижельской, В. А. Педагогические пути формирования физической культуры будущих актеров // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. — 2016. — № 2. — С. 33–38. - 0,58 п.л.**
5. **Нижельской, В. А. Пластическое воспитание будущих актеров как фактор культурного преобразования физических действий в семиотический текст // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. — 2016. — № 2(35). — С. 189–193. - 0,61 п.л.**
6. Нижельской, В. А. Япония-Россия: культурный обмен в сфере сценических искусств опыт практического освоения российскими актерами элементов традиционного японского театра // Азия и Африка сегодня. — 2016. — № 5 (706). — С. 71–73. - 0,35 п.л.
7. **Нижельской, В. А. Выразительное движение, как взаимосвязь двигательных способностей и пластических качеств актёра // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. — 2015. — № 4-1. — С. 52–56. - 0,46 п.л.**
8. **Нижельской, В. А. Выразительное движение как фактор формирования пластической культуры исполнителя // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. — 2018. — № 4. — С. 27–31. 0,53 п.л.**
9. Нижельской, В.А. Особенности воспитания актёра в российской театральной школе и в школе традиционного японского театра Но / В.А.Нижельской, К. Ёкоо // Современная театральная педагогика: от теории к практике. Сборник научно-методических материалов, посвящённый 5-летию Высшей школы сценических искусств / Сост.-ред. О.С. Руднева, Н.В. Сероштанова; под общ. ред. Д.В. Трубочкина.- М.: ВШСИ, 2017.- С. 76-80. – 0,37 п.л.
10. Нижельской, В. А., Исследование опорных реакций и пластической выразительности в преподавании специального курса физической культуры актёрам / В.А. Нижельской, О.В. Кубряк // Вестник спортивной науки. — 2019. — № 1. — С. 76–80. - 0,37 п.л.
11. **Нижельской, В. А., Объективизация оценок в преподавании специального курса физической культуры актёрам / В.А.Нижельской, О.В. Кубряк // Вестник спортивной науки. — 2017. — № 4. — С. 62–67. - 0,6 п.л.**
12. Нижельской, В. А. Москва-Токио, ГИТИС-DSA. Итоги года Японии в России / Нижельской В. А., Сайто М. // Театр. Живопись. Кино. Музыка. — 2018. — № 4. — С. 247–253. - 0,38 п.л.