

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ СЦЕНИЧЕСКИХ ИСКУССТВ»
Балтийская высшая школа музыкального и театрального искусства
(филиал РГИСИ в г. Калининграде)
Школа креативных индустрий

Утверждаю:
ВРИО ректора РГИСИ
/Е. В. Третьякова/
«06» июля 2021 г.



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Театр и театральные технологии»

Срок реализации программы: 3 года

Возраст учащихся: 12–17 лет

Калининград
2021

Разработчики:

Голубева М. С., ведущий специалист учебно-методического отдела по работе с филиалами
Громова Е. В., директор Школы креативных индустрий г. Калининграда
Иванова А. А., доцент кафедры актерского искусства
Романов М. А., Школа креативных индустрий г. Владивостока
Третьякова Е. В., первый проректор – проректор по учебной работе
Тумина Я. М., доцент кафедры режиссуры и актерского мастерства театра кукол
Сиднева Т. В., начальник учебно-методического управления

Рецензент:

Песочинский Н. В, профессор кафедры русского театра,
руководитель программ повышения квалификации, кандидат искусствоведения.

Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театр и театральные технологии» (далее – программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Минобрнауки Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28);
- локальными актами ФГБОУ ВО «Российский государственный институт сценических искусств», регламентирующими организацию образовательного процесса.

Направленность программы: художественная.

Уровень программы

Программа реализуется в Балтийской высшей школе музыкального и театрального искусства (филиале ФГБОУ ВО «Российский государственный институт сценических искусств» в г. Калининграде (далее – образовательное учреждение).

Уровень образования: дополнительное образование детей.

Уровень освоения программы – продвинутый¹.

Актуальность программы

По поручению Президента РФ В. В. Путина в гг. Владивосток, Калининград, Кемерово создаются культурно-образовательные и музейные комплексы, которые включают в себя: филиалы оперных театров (Мариинского, Большого), выставочные пространства (Третьяковская галерея, Русский музей, Эрмитаж), филиалы Центральной музыкальной школы при Московской государственной консерватории им. П. И. Чайковского, филиалы Московской государственной академии хореографии, а также филиалы Российского государственного института сценических искусств (РГИСИ) – одной из старейших театральных школ России.

¹ Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)

Филиалы РГИСИ начали свою деятельность в 2020 году – открыв в Кемерово и Калининграде Школы креативных индустрий (далее – ШКИ)² – учебные центры, где каждый талантливый подросток может реализовать свой творческий потенциал в одном или нескольких направлениях креативных индустрий.

Школа креативных индустрий – образовательный центр, в котором реализуются общеразвивающие программы в сфере современного театра, медиа и коммуникаций, дизайна и интерактивных технологий.

Школа креативных индустрий включает шесть студий, каждая из которых соответствует одному из направлений креативных индустрий: анимация, дизайн, фото- и видеопроизводство, звукорежиссура и современная электронная музыка, интерактивные цифровые технологии, театр и театральные технологии.

Сегодня понятие «театр» намного шире, чем сто или даже пятьдесят лет назад. Современный театр, используя новые подходы к созданию спектакля, стирает границы между жанрами и берет на себя непривычные функции. Исторически театр был видом искусства, представляющий собой синтез различных искусств: литературы, музыки, хореографии, вокала, изобразительного искусства и других.

Вся современная театральная индустрия построена на коллаборации. Процесс совместной деятельности строится не только по традиционной схеме, где в создании спектакля участвуют режиссеры, актеры, художники-сценографы, осветители, гримеры, костюмеры, бутафоры и другие специалисты, но и на взаимодействии с представителями профессий, не имеющих прямого отношения к театру, с представителями смежных и не смежных сфер, например, с видеохудожниками, с художниками-аниматорами, с киносценаристами с архитекторами, с видеомэпперами и виджеями, с VR/AR-разработчиками и тем самым, возникает диалог, возникает творческий союз, в рамках которого происходит обмен знаниями, обучение и достижение консенсуса при переносе опыта этих сфер в театральное пространство. Когда театр использует наработки видеосъемки, наработки кино, наработки современного искусства, наработки того, что свовокупно называется искусством, и даже когда использует лучшие музейные достижения, тогда возникает кроссжанровость.

Студия «Театра и театральные технологии» выступает как платформа, где все направления ШКИ пересекаются и образуют особое межджанровое пространство, в котором дети, в первую очередь, учатся быть авторами, и уже во вторую осваивают основы актерского мастерства и театральные технологии. Особое межджанровое пространство может называться мультижанровостью, кроссжанровостью или интердисциплинарностью. И это может быть самым важным явлением сегодня.

Отличительные особенности программы /новизна

Новизна Программы заключается в том, что в ней интегрируются современные образовательные технологии, направленные на личностное развитие и социокультурную адаптацию учащихся. Программа направлена на формирование у учащихся начальных знаний, умений и навыков в области актерской психофизики, на развитие образного мышления, воображения и фантазии. Сегодня театр активно осваивает территорию цифровых технологий, а также включает в себя смежные искусства: дизайн, анимацию, видео, VR. Абсолютная новизна программы «Театр и театральные технологии» в том, что в ее работу органично вписываются и активно используются все возможности ШКИ, тем самым значительно расширяя границы сознания учащихся, дополняя и развивая их представления о театральном искусстве и мире в целом.

Образовательная программа «Театр и театральные технологии» представляет собой комплекс, объединяющий занятия по трем направлениям: «Основы актерского мастерства», «Театральные технологии» и «Введение в креативные индустрии».

² ШКИ во Владивостоке готовится к открытию.

Основы актерского мастерства: учащиеся получают первоначальные знания и умения в области театрального искусства, открывают для себя свободу и импровизационность как основной материал сценического существования, закладывается фундамент для углубленного представления о театре как виде искусства и актерском мастерстве как способе личного высказывания.

Театральные технологии: первоначально учащиеся получают представление о «театре художника» и постепенно знакомятся с театральными технологиями. Осваивают понятия фактура, цвет, форма, объекты, пространство, композиция. Учатся применять новые знания в практическом оформлении игрового пространства. Формируют представление о сценическом костюме, гриме, художественном свете. В программу включены экскурсии и просмотры спектаклей (вживую и записи: драматические спектакли в классическом и экспериментальном прочтении, кукольный спектакль, классический и современный балет, опера, мюзикл) для формирования зрительского опыта, расширения театрального кругозора – насмотренности.

Обучение по этим направлениям реализуется по принципу постоянного углубления изучаемых понятий и «наращивания» новых деталей.

Введение в креативные индустрии: в течение первого года учащиеся два часа в неделю занимаются в одной из студий ШКИ поочередно (семь уроков в каждой студии): Анимации, Дизайна, Звукорежиссуры и современной электронной музыки, Фото- и видеопроизводства, Интерактивных цифровых технологий. Это позволит учащимся познакомиться с направлениями креативных индустрий: их возможностями, инструментарием и продуктами. На втором году обучения организуется межстудийная проектная работа: учащиеся студии Театра и театральных технологий включаются в работу над проектами учащихся других пяти студий. Это расширит их представления о специфике работы каждой студии и даст импульс для поиска новых путей сотворчества с учащимися этих студий. На третий год поставлена задача расширить опыт работы в коллаборациях. Специфика данного этапа состоит в том, что учащиеся студии Театра и театральных технологий выступают в качестве авторов своих маленьких проектов и самостоятельно формируют свою проектную команду из учащихся других студий.

Также в программу включена дисциплина «Мировая художественная культура». Являясь по своей сути метапредметом, он систематизирует знания, полученные в студиях ШКИ, формирует целостное представление о мировой культуре, логике ее развития в исторической перспективе, ее месте в жизни общества и каждого человека.

Отдельно выделим подготовку к итоговым показам в конце каждого семестра. Это открытые праздничные мероприятия, в рамках которых учащиеся могут максимально проявить себя как организаторы, актеры, художники, костюмеры, бутафоры... Здесь формируется особое межджанровое пространство посредством опыта коллаборации между студией «Театра и театральных технологий» и другими направлениями ШКИ. Пространство, где все занимается всем. Пространство, в котором можно быть исполнителем своих идей в том качестве, в котором хочешь.

Программа третьего года подчинена идее выхода за пределы ШКИ и полноценное включение в городские культурные события. Это не просто коллаборация с учащимися и педагогами других студий, это творчество плечом к плечу с мастерами из индустрий, это погружение в профессиональную среду, это первая проба выйти на «взрослую» площадку.

Особенности состава учащихся: смешанный по возрасту состав.

Форма обучения: очная, при необходимости с элементами дистанционного обучения.

Адресат программы

Учащиеся 12–17 лет, имеющие интерес к театру, готовые осваивать основы театрального творчества.

Объем и срок реализации программы

Срок реализации программы – 3 года

(1 год – с сентября по июнь, 2 год – с сентября по июнь, 3 год – с сентября по июнь)

Объем программы – 1050 академических часов.

Режим занятий – 3 раза в неделю (варианты почасовой нагрузки в неделю: 3+3+4 или 4+4+2 академических часа).

Цель программы: содействие эстетическому и интеллектуальному развитию личности учащихся, воспитание их творческой индивидуальности, содействие самовыражению и самореализации посредством приобщения к исполнительской и художественной деятельности.

Задачи

Обучающие:

- сформировать представление об истории театра;
- сформировать представление о видах театрального искусства;
- изучить особенности театрального процесса;
- сформировать представление о специфике и назначении театрального костюма, грима, реквизита, бутафории, декораций, художественного света;
- сформировать представление о профессиях в сфере театра и театральных технологий;
- сформировать представление о мультижанровости современного театра;
- дать целостную ориентацию в спектре направлений креативных индустрий;
- сформировать представление о применении цифровых технологий в театре.

Развивающие:

- развить художественный вкус;
- развить внимание, память; творческую и сценическую фантазию;
- развить артистическую смелость и непосредственность;
- развить навыки двигательной импровизации;
- развить отчетливость, громкость технику и культуру речи;
- развить индивидуальные актерские способности: чувство ритма, пластичность и выразительность движения;
- развить правильное внутреннее самочувствие на сцене;
- развить навыки самостоятельной творческой деятельности, дружеские и партнерские отношения внутри коллектива;
- сформировать опыт самостоятельной и коллективной творческой и проектной деятельности.

Воспитательные:

- привлечь учащихся к сотрудничеству на основе общего коллективного творчества;
- сформировать умение работать в команде, умение выслушать друг друга;
- воспитать чувства ответственности за партнеров и за себя;
- сформировать умение поэтапного распределения задач для достижения поставленной цели;
- воспитать самостоятельность и инициативность.

Условия реализации программы

Условия набора в студию «Театра и театральных технологий»

На первый год обучения по программе принимаются подростки в возрасте 12–17 лет, желающие осваивать основы театрального творчества. Для определения уровня начальных компетенций учащихся проводится прослушивание. Учащиеся читают два произведения по своему выбору. Параметры и критерии оценивания уровня начальных компетенций:

| Параметры | Критерии |
|------------------------------------|--|
| Качество речевых умений и навыков | – логика построения фразы – четкость дикции – интонационная выразительность речи – особенности модуляции голоса |
| Музыкально-ритмические способности | – чувство ритма – музыкально-ритмическая координация |
| Сценическая культура | – эмоциональная выразительность движений – создание сценического образа |

Это позволяет определить особенности развития дикции, интонационной и эмоциональной выразительности подростка для рационального формирования групп и определения индивидуального маршрута учащегося.

Условия формирования групп

Учебные группы имеют разновозрастной состав учащихся.

На второй год обучения может проводиться дополнительный набор учащихся при наличии свободных мест по итогам индивидуального прослушивания и выявления уровня театральной подготовки в соответствии с требованиями к результатам предыдущего года обучения по данной Программе.

Количество детей в группе

Общее число учащихся на одном потоке – 20 человек.

Максимальное количество потоков – 2.

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс требует очной организации.

При необходимости программа может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий с использованием следующих платформ и электронных ресурсов: Zoom-платформа для онлайн-конференций, группы в социальных сетях и других ресурсов, регламентированных локальными актами ШКИ.

Используемые педагогические технологии – технология коллективной творческой деятельности, технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология развивающего обучения, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология развития критического мышления через чтение и письмо, технология образа и мысли и др.

Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов образовательный процесс по дополнительным общеобразовательным программам организуется с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий учащихся.

Формы проведения занятий

Методы обучения: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, исследовательский, проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.

Форма организации образовательного процесса: тренинг, беседа, встреча с интересными людьми, мастер-класс, творческая мастерская, наблюдение, лекция, круглый стол, «мозговой штурм», практическое занятие, ролевая игра, индивидуальные и групповые творческие задания, этюды, показ, работа над ролью, репетиции и театральные выступления, презентация, фестиваль, экскурсия, выставка.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

фронтальная: беседы о театре, объяснение теоретического материала, просмотр и обсуждение спектаклей, речевые и пластические упражнения;

коллективная: организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (постановочная работа, репетиции, показ);

групповая: организация работы в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности, например, изготовление костюмов и бутафории, командная работа над проектами);

индивидуальная: организуется для проработки с каждым учащимся своей роли в показе.

Материально-техническое оснащение

Студия для занятий по дисциплине «Основы актерского мастерства»

Студия предназначена для проведения групповых занятий – тренингов, работы над ролями, репетиций, показов и предполагает размещение 20 учащихся и двух педагогов.

В студии должны быть: ноутбук, звукоусилительное оборудование, проектор, экран, стулья (по числу учащихся).

Студия для занятий по дисциплине «Театральные технологии»

Студия предназначена для проведения теоретических занятий и практических занятий с различными материалами, работы над макетами, проектной работы и предполагает размещение 20 учащихся и одного педагога.

В студии должны быть: стол, тумба, шкаф, доска трехстворчатая, жалюзи вертикальные, стенд, стол преподавателя, стул металлически, светильник, ноутбуки, проектор, экран, графические планшеты, очки виртуальной реальности, компьютер.

Студии для занятий по курсу «Введение в креативные индустрии»

Курс реализуется в специально оборудованных студиях ШКИ: анимации, дизайна, звукорежиссуры и электронной музыки, фото- и видеопроизводства, интерактивных цифровых технологий.

Аудитория для занятий по дисциплине «Мировая художественная культура»

Аудитория предназначена для проведения групповых теоретических занятий. Количество учащихся не менее 20 (один поток). Если позволяет площадь помещения, возможно проведение занятий для нескольких групп одновременно.

В аудитории должны быть: ноутбук, звукоусилительное оборудование, проектор, экран, стулья (по числу учащихся).

Кадровое обеспечение

Общие требования к преподавательскому составу (кадровое обеспечение): среднее профессиональное или высшее образование, желательно наличие опыта преподавания, уверенное знание преподаваемого направления, развитые коммуникативные навыки, способность ясно и просто донести основную идею, стремление к постоянному изучению новых образовательных технологий, умение сформировать стойкий интерес и обеспечить познавательную активность учащихся, креативность и нестандартный подход к решению задач, умение работать с информацией: поиск, анализ, применение, умение работать в команде, художественные способности, эстетический вкус, чувство стиля.

Реализация основной идеи программы **театра как синтеза** может требовать одновременной работы двух педагогов с одной группой (педагог по «Основам актерского мастерства» и педагог по «Театральным технологиям»), так как работа с учащимися над импровизациями подразумевает также работу с пространством и предметами.

Планируемые результаты

Успешное прохождение данной программы, а также активное участие в коллаборациях и общественной жизни коллектива, обеспечат учащимся возможность раскрыть свой творческий потенциал.

Личностные:

- учащийся определяет собственные ценностные ориентиры, умеет выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения;
- учащийся уважительно и доброжелательно относится к другим учащимся, педагогам и работникам;
- учащийся ответственно относится к обучению;
- учащийся развивает коммуникативные навыки в общении и сотрудничестве со сверстниками и педагогами;
- учащийся учитывает разные мнения и стремится к координации различных позиций;
- учащийся может организовать самостоятельную деятельность, умеет работать в команде;
- учащийся анализирует полученный практический опыт и оценивает возможности для улучшений в дальнейшей деятельности;
- учащийся развивает художественный вкус и способность к эстетической оценке произведений искусства.

Метапредметные:

- учащийся выполняет поставленные учебные задачи, уточняя их содержание и умение принимать и сохранять учебную задачу;
- учащийся самостоятельно включается в творческую деятельность;
- учащийся оценивает результаты своей работы, соотносит их с изначальным замыслом, может оценить достоинства и недостатки;
- учащийся применяет полученные знания и навыки в собственной художественно-творческой и проектной деятельности;
- учащийся развивает эмоционально-ценностное отношение к окружающему миру;
- учащийся активно использует язык изобразительного искусства и возможности различных художественных материалов для освоения содержания образовательной программы;

Предметные:

- учащийся ориентируется в спектре направлений креативных индустрий;
- учащийся понимает значение театра как синтеза искусств;
- учащийся знает основные виды театра и особенности театрального процесса;

- учащийся имеет представление о применении цифровых технологий в театре;
- учащийся имеет представление об этике артиста;
- учащийся может аргументировано обсуждать театральные работы;
- учащийся развивает технику и культуру речи;
- учащийся развивает навыки двигательной импровизации;
- учащийся развивает индивидуальные актерские способности: чувство ритма, пластичность и выразительность движения;
- учащийся умеет выполнять пластические этюды;
- учащийся умеет взаимодействовать с партнером;
- учащийся умеет выполнять этюды на действия в предлагаемых обстоятельствах, с поставленными актерскими задачами, а также упражнения на развитие сценического внимания и воображения;
- учащийся способен исполнять роль, соответствующую учебным задачам;
- учащийся анализирует выбранный сюжет, выделяет значимые элементы, ключевые характеристики (место, время действия) для сценографии;
- учащийся подбирает референсы для художественного оформления (примеры декораций, костюмов и грима для определенного сюжета);
- учащийся знает виды и назначение различных декораций;
- учащийся анализирует эскизы костюмов и участвует в подборе подходящих элементов;
- учащийся знает, что такое реквизит и бутафория, их назначение и может подобрать под конкретную задачу;
- учащийся создает опись необходимых декораций;
- учащийся конструирует детали декораций с использованием инструментов SketchUp;
- учащийся знает цели и задачи художественного освещения;
- учащийся может назвать виды световых приборов; различает принципы направленности света;
- учащийся может подобрать световые приборы для достижения желаемого эффекта в сценической миниатюре;
- учащийся имеет опыт реализации межстудийных творческих проектов.

Основные показатели эффективности реализации программы:

- устойчивая мотивация учащихся к занятиям театральным творчеством (стабильность состава занимающихся детей);
- творческая самореализация учащихся (качество выступлений на открытых показах);
- желание выпускников продолжить в дальнейшем обучение или занятия в этом направлении.

Учебный план

Количество недель в учебном году: 35 (39 недель с учетом 4 недель каникул)

Итоговое количество часов на программу каждого года: 350 академических часов

1 год обучения

| № п/п | Название блока программы | Количество часов | | | Форма контроля |
|---------------------------------------|---|------------------|------------|------------|-------------------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Основы актерского мастерства | 10 | 130 | 140 | В соответствии с рабочей программой |
| 2. | Театральные технологии | 30 | 110 | 140 | В соответствии с рабочей программой |
| 3. | Введение в креативные индустрии (поочередно в каждой из 5 студий — анимация, звук, фото-видео, дизайн, VR/AR) | 20 | 50 | 70 | В соответствии с рабочей программой |
| ИТОГО (общее количество часов) | | 60 | 290 | 350 | |

2 год обучения

| № п/п | Название блока программы | Количество часов | | | Форма контроля |
|---------------------------------------|---|------------------|------------|------------|-------------------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Основы актерского мастерства | 7 | 133 | 140 | В соответствии с рабочей программой |
| 2. | Театральные технологии | 14 | 91 | 105 | В соответствии с рабочей программой |
| 3. | Введение в креативные индустрии (одна из 5 студий на выбор) | 20 | 50 | 70 | В соответствии с рабочей программой |
| 4. | Мировая художественная культура | 20 | 15 | 35 | В соответствии с рабочей программой |
| ИТОГО (общее количество часов) | | 61 | 289 | 350 | |

3 год обучения

| № п/п | Название блока программы | Количество часов | | | Форма контроля |
|---------------------------------------|--|------------------|------------|------------|-------------------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Основы актерского мастерства | 6 | 134 | 140 | В соответствии с рабочей программой |
| 2. | Театральные технологии | 16 | 124 | 140 | В соответствии с рабочей программой |
| 3. | Введение в креативные индустрии (совместные проекты с учащимися любой из 5 студий — анимация, звук, фото-видео, дизайн, VR/AR) | 20 | 50 | 70 | В соответствии с рабочей программой |
| ИТОГО (общее количество часов) | | 42 | 308 | 350 | |

Сводный учебный план

| № п/п | Название блока программы | Года обучения | | | Всего часов |
|-------|---------------------------------------|---------------|-----|-----|-------------|
| | | 1-й | 2-й | 3-й | |
| 1. | Основы актерского мастерства | 140 | 140 | 140 | 420 |
| 2. | Театральные технологии | 140 | 105 | 140 | 385 |
| 3. | Введение в креативные индустрии | 70 | 70 | 70 | 210 |
| 4. | Мировая художественная культура | 0 | 35 | 0 | 35 |
| 5. | ИТОГО (общее количество часов) | 350 | 350 | 350 | 1050 |

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театр и театральные технологии»

| Год обучения | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|--------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 1 год | 01.09.2021 | 05.06.2022 | 35 | 105 | 350 | 3 раза в неделю по 3–4 часа |
| 2 год | 01.09.2022 | 04.06.2023 | 35 | 105 | 350 | 3 раза в неделю по 3–4 часа |
| 3 год | 01.09.2023 | 03.06.2024 | 35 | 105 | 350 | 3 раза в неделю по 3–4 часа |