

Министерство культуры Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный институт
культуры»
Институт театра

Т. А. Григорьянц

СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

Практикум

Направление подготовки:

51.03.02 «Народная художественная культура»

Профиль подготовки:

«Руководство любительским театром»

Квалификация (степень) выпускника «бакалавр»

Форма обучения:

очная, заочная

Кемерово 2017

УДК 792.01(076.5)
ББК 85.33я73
Г83

Практикум составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура», профиль «Руководство любительским театром», квалификация (степень) выпускника «бакалавр».

Утвержден на заседании кафедры театрального искусства
23.11.2016 г., протокол № 7.

Рекомендован к изданию учебно-методическим советом
Института театра 13.12.2016 г., протокол № 3.

Григорьянц, Т. А.

Г83 Сценическое движение [Текст]: практикум по направлению подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура», профиль «Руководство любительским театром», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / Т. А. Григорьянц. – Кемерово: Кемеров. гос. институт культуры, 2017. – 82 с.

ISBN 978-5-8154-0371-0

Практикум является дополнительным учебно-методическим материалом к курсу «Сценическое движение» и содержит описание практических занятий, методические указания по организации самостоятельной работы, описание отдельных упражнений и алгоритм работы с ними.

**УДК 792.01(076.5)
ББК 85.33я73**

ISBN 978-5-8154-0371-0

© Т. А. Григорьянц, 2017
© Кемеровский государственный институт культуры, 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
РАЗДЕЛ 1. РАЗВИТИЕ И ВОСПИТАНИЕ ПСИХО- ФИЗИЧЕСКОГО АППАРАТА АКТЕРА И РЕЖИС- СЕРА.....	10
1.1. Пластический тренинг.....	10
1.2. Навыки координации.....	27
1.3. Элементы акробатики.....	33
РАЗДЕЛ 2. ПЛАСТИЧНОСТЬ И СКУЛЬПТУНОСТЬ... 41	
2.1. Скульптурность тела. Осанка и походка.....	42
2.2. Пластика рук.....	50
2.3. Развитие ритмичности и музыкальности.....	57
2.4. Искусство пантомимы.....	63
2.5. Пластика животных.....	68
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РАБОТЕ С МУЗЫ- КАЛЬНЫМ МАТЕРИАЛОМ В ПЛАСТИЧЕСКИХ (АКРОБАТИЧЕСКИХ, ПАНТОМИМИЧЕСКИХ) ЭТЮДАХ.....	73
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	79

ВВЕДЕНИЕ

Современное развитие театра, как профессионального, так и любительского, изменяющееся зрительское восприятие являются причиной повышенных требований к пластической культуре не только исполнителей, но и авторов сценических произведений – режиссеров.

В художественном мире современного театра постоянно возникают новые постановочные варианты воплощения мыслей, эмоций, отношений при помощи телесности артиста. Это обстоятельство стимулирует театральную педагогику в организации новых методик и подходов к исследованию художественно-пластических возможностей актера. Разрабатываются новые упражнения, тренинги с использованием разнообразных телесных техник, составляющие основу курса «Сценическое движение».

Современный театр требует хорошей телесной подготовки во всех направлениях, в частности выносливости, поскольку режиссерские решения все чаще бывают связаны с использованием акробатических элементов, выразительных жестов классической пантомимы, незаурядных сценических трюков.

В развитии учебного курса «Сценическое движение» в настоящее время наблюдаются две тенденции: первая представляет собой синтез классических разделов дисциплины с достижениями в других областях пластической культуры человека (спорт, современная хореография, пластикадрама); вторая тенденция связана с совершенствованием технических возможностей актера при помощи тренингов.

Практическая самостоятельная работа по изучению и освоению пластических тренингов продолжается в течение всего курса «Сценическое движение».

Настоящий практикум по курсу «Сценическое движение» подготовлен для студентов, обучающихся на первом курсе по направлению подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура», профиль «Руководство любительским театром». Именно начальный период обучения во многом формирует понимание внешней техники, определяет ее значение в работе руководителя любительского театра в качестве режиссера, а также в артистической деятельности. Практика показывает, что руководитель любительского театрального коллектива является не только, и не столько администратором, сколько интерпретатором литературного материала и постановщиком, педагогом актерского мастерства, сценической речи и сценического движения и автором оригинальных методик по работе с любительским театральным объединением.

Практикум состоит из двух разделов в соответствии с учебной программой дисциплины «Сценическое движение» для первого года обучения. Каждый раздел содержит описание группы упражнений по конкретной теме с указанием алгоритма работы, методические рекомендации, задания для самостоятельной работы и требования к ее результатам, список рекомендуемой литературы по теме.

Большая часть представленных упражнений является материалом, применяемым уже многие годы в практике преподавания дисциплины «Сценическое движение». Эти комплексы не теряют своей актуальности в воспитании пластиче-

ской культуры будущих руководителей любительских театров.

Особенность дисциплины «Сценическое движение» состоит в том, что 80 % знаний студенты получают на практике, – имеются в виду профессиональные навыки и умения, приобретенные телом. Знать данный практический материал – значит владеть элементами основных и специальных навыков, уметь дать анализ элементам и соединять их в художественную композицию, уметь объяснить схему исполнения конкретного трюка.

Занятия по данной дисциплине наполняются практическим материалом с небольшими вводными теоретическими частями. Полученные на групповых занятиях знания отрабатываются на индивидуальных занятиях технически и воплощаются в конкретные сценические формы на зачетах и экзаменах.

Самостоятельная работа студента является звеном, соединяющим техническое освоение отдельных навыков и художественную реализацию уже освоенных элементов. Студент самостоятельно занимается выбором темы, определением жанра работы, схемы физических действий, осуществляет подбор выразительных средств, в данном случае пластическо-телесной лексики. Эти обстоятельства определяют роль и важность умения наладить самостоятельную работу, способности правильно выстраивать этапы работы.

Таким образом, самостоятельная работа студентов является связующим и переходным моментом от группового занятия к индивидуальному и от индивидуального занятия к контрольной точке. Результатом самостоятельной работы

явится освоение технологии производства самого пластического элемента, что проверяется и закрепляется на индивидуальном занятии.

Далее следует самостоятельное составление изученных элементов в схемы, которые представляют собой развернутые композиции и этюды, то есть осуществляется процесс «сочинения» на базе освоенного материала. Результат этого сочинения выносится на индивидуальное занятие, а затем – на контрольный показ. Например, при изучении раздела «Элементы акробатики» на занятиях дается общая схема техники исполнения нескольких видов балансов, отработка основных позиций которых входит в самостоятельную работу с показом на индивидуальном занятии. Затем освоенные балансы должны быть «вписаны» элементами в схему акробатического этюда.

Специфика предмета состоит в том, что освоение теоретического и практического материала происходит в трех направлениях. В изучении всех тем выделяются исполнительские аспекты – актерский, режиссерский и методический. Например, освоение материала по темам раздела «Осанка и походка», оценивается следующим образом. Во-первых, как обучающиеся владеют практическими навыками, связанными с распределением центра тяжести и позиций, от которых зависит осанка и походка человека, во-вторых, насколько студенты как постановщики способны организовать необходимые телесные характеристики, и, в-третьих, в какой степени они овладели методикой воспитания практических навыков по данной теме. Эти три позиции в освоении различных тем должны присутствовать в самостоятельной работе.

Большое значение в реализации полученных навыков играет наличие пластического воображения, которое также может воспитываться и тренироваться. Для того чтобы уметь самостоятельно создавать сложные оригинальные пластические партитуры, необходимо изучить природу самого движения, способы и варианты его сценической организации. Умение развивать движение, выстраивать перспективу в движении тела, создавать определенные характеристики, меняя ритмическую структуру, наполненность и направленность движения также является важным в процессе воспитания и становления пластической культуры будущего руководителя любительского театра.

Освоение материала Практикума позволит студентам сформировать **знания** в области:

- теории и методики по всем разделам курса «Сценическое движение»:

- теоретических обоснований внутренних связей разделов дисциплины «Сценическое движение» с «Актерским мастерством», «Режиссурой», «Музыкальным оформлением спектакля» и др.;

- современных форм организации сценического действия с использованием различных пластических техник;

- современных тенденций в работе профессиональных и любительских театров движения и пластических студий разных направлений;

умения:

- в организации и проведении пластического тренинга в конкретной группе;

- в постановке отдельных сцен спектакля (композиции, представления) на языке художественной пластики;

владения:

- теоретическими знаниями по организации пластических тренингов;
- теоретическими знаниями в области постановочной работы пластических сцен;
- методическими приемами работы по разным разделам предмета «Сценическое движение»;
- практическими навыками и умениями в постановке пластических и пантомимических этюдов.

РАЗДЕЛ 1. РАЗВИТИЕ И ВОСПИТАНИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО АППАРАТА АКТЕРА И РЕЖИССЕРА

1.1. Пластический тренинг

Цель упражнений данного раздела – обретение гибкости, подвижности, пластичности, телесной реакции, которые являются слагаемыми профессиональной внешней исполнительской техники. Достижение цели происходит в процессе решения *следующих задач*;

- воспитание и совершенствование сценического внимания;
- воспитание и совершенствование способности (пластической) к воспроизведению любой телесной пластической формы;
- совершенствование умения контролировать движение и способности развивать его.

Порядок работы:

- *упражнения на растяжку мышц тела;*
- *развитие подвижности суставов;*
- *тренировка дыхательного аппарата;*
- *воспитание пластической формы.*

Виды тренинга

- общий физический тренинг;
- пластический тренинг;
- тренинг на полу;
- парные упражнения.

Пластический тренинг – первая тема, с которой знакомятся студенты в начале изучения курса «Сценическое движение». Тренинг представляет собой комплекс упражнений, выстроенных в определенной последовательности и выполняющих поставленную преподавателем (ведущим тренинга) конкретную задачу.

Формирование профессиональной внешней формы режиссера и актера представляет собой процесс сложный, многоуровневый. Несколько этапов (уровней) в воспитании и становлении «художественной пластичности» определяются разными задачами.

На первом этапе происходит изменение ранее обретенного телесного стереотипа. Основной задачей в это время является «освоение» своей телесности, углубление и расширение знаний о ней, обретение внешней мобильности и восприимчивости.

Второй этап формирования профессиональных навыков связан с совершенствованием двигательных навыков. В этот период выполняются упражнения, развивающие координационные возможности, элементы сценической акробатики и пантомимы.

Третий этап предполагает наличие упражнений, позволяющих тренировать и развивать пластическое воображение режиссера, которое является важнейшей составляющей постановочного искусства, а также определенным показателем профессиональной состоятельности.

Работая в тренингах в первом семестре, студенты знакомятся со структурой полного тренинга и каждого упражнения, с вариантами их организации; приобретают практические умения, осваивают и анализируют задания и процесс их выполнения.

К началу второго семестра на базе полученных знаний обучающиеся готовы самостоятельно составить часть тренинга, разобрать и развить одно упражнение, организовать полный (по всем разделам) тренинг для группы.

Работа в каждом семестре завершается практическим показом на контрольном занятии. Важным является не только практическое освоение упражнений и знание их структур, но и умение на базе изученного материала создавать новые оригинальные упражнения, которые бы в большей степени отвечали задачам конкретной работы с конкретным коллективом.

Требования к исполнению заданий:

- знать методику составления и ведения упражнения;
- владеть логикой построения, как всего тренинга, так и одной его части;
- уметь импровизировать (упрощать, усложнять, заменять упражнения согласно конкретной ситуации);
- уметь удерживать темпоритм тренинга и отдельного упражнения;
- уметь тактично исправить неверное исполнение без показа;
- знать направления развития одного упражнения.

Принятые сокращения: О. С. – основная стойка; И. П. – исходное положение упражнения; Т. И. – техника исполнения упражнения.

Задание № 1

Придумать и составить несколько упражнений, разогревающих плечевой, поясничный пояса, стопы или другие отделы.

Следует учитывать, что начинается тренинг с простых упражнений, затем следуют «разогревающие» упражнения и далее – «совершенствующие» телесные способности.

Технология выполнения задания

Выполнение первого задания происходит поэтапно. Сначала продумываются сами упражнения. Затем они выстраиваются в определенной последовательности: от простых – к сложным.

Например, комплекс упражнений для шеи:

Упражнение 1

И. П.: О. С.

Т. И.: мягкое потягивание шеей вправо, влево, вперед, назад.

Упражнение 2

И. П.: О. С., голова опущена вниз, подбородок касается груди.

Т. И.: «раз» – двигаясь по дуге, провести подбородком по груди до правого плеча; «два» – провести подбородок к левому плечу (4)*.

Упражнение 3

И. П.: О. С.

Т. И.: наклоны головой к правому уху, затем к левому поочередно (4).

* Количество повторов.

Упражнение 4

И. П.: О. С.

Т. И.: сдвиг головой относительно плечевого пояса вправо, влево, вперед, назад поочередно (4–8).

Упражнение 5

И. П.: О. С.

Т. И.: вращение головой относительно плечевого пояса в горизонтальной, вертикальной плоскости в разных направлениях (4).

Упражнение 6

И. П.: О. С.

Т. И.: Движение головой по траектории восьмерки относительно плечевого пояса в горизонтальной и вертикальной плоскости.

Задание № 2

Составить полный тренинг для группы, с учетом задачи, поставленной преподавателем. Например, тренинг разогревающий, тренинг по конкретной теме (Искусство пантомимы, Элементы акробатики и т. д.).

Следует учитывать не только последовательность упражнений, но и их эффективность. Важным моментом в работе с пластическим тренингом является умение импровизировать.

Технология выполнения задания

Тренинг выстроен пошагово от простых упражнений к сложным. Начинается занятие с вводной части (упражнения в ходьбе и беге по кругу).

Этап 1

- Шаг по кругу (проследить за осанкой и свободой движения).
- Шаг по кругу (найти общий ритм и темп в движении).
- Шаг по кругу (ведущий тренинга меняет темпоритмический рисунок движения).
- Шаг по кругу (ведущий подает команды: хлопок, удар стопой в пол и т. д., которые служат сигналом для смены направления движения, для смены темпа, ритма, рисунка перемещения).
- Шаг: на высоких полупальцах, на пятках, на внешнем своде стопы, со сменой этих положений.
- Шаг: на высоких полупальцах, нога от голени «с захлестом» назад касается ягодиц; колено касается груди; колено уходит в сторону к плечу.
- Легкий бег на полупальцах со сменой темпоритма.
- Легкий бег – выпрямленные в коленях ноги выносятся вперед, назад, в стороны.
- Легкий бег (лицом в круг, из круга) приставным шагом.

Переход на шаг, восстановление дыхания.

Этап 2

Группа выстраивается в «шахматном порядке».

Далее следуют упражнения в основной стойке – О. С., представляющей собой следующее положение тела: стопы – на расстоянии ширины плеч, корпус выпрямлен, грудь раскрыта, руки свободно опущены по бокам (кисти – свободны), «центр тяжести» – в точке солнечного сплетения.

Приводится набор упражнений, которые могут быть включены в разогревающий тренинг:

Упражнение 1

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – подъем на высокие полупальцы, «два» – перекатиться на пятки.

Упражнение 2

И. П.: О. С., стопы развернуты на внешние боковые стороны.

Т. И.: «раз» – опустить корпус вниз, кисти рук касаются пола, «два» – захватить руками колени и подтянуться корпусом к ним (колени при этом остаются выпрямленными), «три» – О. С.

Упражнение 3

И. П.: О. С., стопы вместе.

Т. И.: «раз» – развернуть стопы носками наружу, «два» – опираясь на носки, развернуть пятки наружу, «три» – пятки соединить, «четыре» – носки соединить.

Упражнение 4

И. П.: О. С.

Т. И.: вращение коленями внутрь (8), затем наружу (8) .

Упражнение 5

И. П.: О. С.

Т. И.: приседания (8–10)

Упражнение 6

И. П.: О. С., правая нога выведена вперед на пятку.

Т. И.: «раз» – поднять правую ногу вперед (не высоко), сразу вывести ее вправо и опустить, «два» – выполнить обратное движение (8). Затем все повторить с левой ноги.

Упражнение 7

И. П.: О. С.

Т. И.: махи ногами вперед, назад.

Упражнение 8

И. П.: О. С.

Т. И.: вращение тазом (вправо, влево по 8), постепенно увеличивая амплитуду движения.

Упражнение 9

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – наклон корпусом вперед (спина прямая, угол 90°), «два» – опустить корпус вниз, снимая напряжение со спины (ноги выпрямлены в коленях), «три» – вернуться в И. П.

Упражнение 10

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – наклон корпусом вправо, «два» – наклон корпусом влево, «три» – наклон назад, «четыре» – И. П.

Упражнение 11

И. П.: О. С.

Т. И.: вращение руками вперед, назад (8).

Упражнение 12

И. П.: О. С.

Т. И.: вращение плечевым поясом: правое плечо – вперед, левое назад. Затем поменять направление.

Упражнение 13

И. П.: О. С.

Т. И.: повороты головы вправо, влево (8)

Упражнение 14

И. П.: О. С.

Т. И.: наклоны головой вперед, назад, вправо, влево (8).

Задание № 3 (для самостоятельной работы)

Описать структуру работы над одним упражнением.

Технология выполнения задания

Структура одного упражнения состоит из трех основных позиций. Первая – исходное положение упражнения. Важно

его правильно и точно определить в самом начале. Затем следует основная часть, которая может быть простой или состоять из нескольких элементов. Финальная позиция любого упражнения представляет собой ряд движений, целью которых является

ликвидация напряжения, возникшего во время исполнения упражнения.

Например, упражнение для плечевого пояса – вращения плечом:

И. П.: О. С., руки свободно опущены вниз. Важным здесь является сохранение свободно опущенных рук в течение всего исполнения.

Т. И.: вращение плечевым поясом вперед, удерживая заданную амплитуду (8), затем все повторить назад (8).

Это простой вариант упражнения, который можно развить следующим образом:

«раз» – вращение плечевым поясом вперед,

«два» – вращение назад.

Либо:

«раз-два» – вращение плечевым поясом вперед,

«три-четыре» – вращение плечевым поясом назад.

Третья, заключительная часть данного упражнения может выглядеть так:

- встряхивания плечевым поясом;

как вариант:

- встряхивание плечевым поясом, корпус при этом опускается вниз.

Задание № 4

Определить возможные пути развития одного упражнения.

Технология выполнения задания

Студенты уже познакомились с упражнениями, составляющими пластический тренинг, и возможными направлениями и вариантами их развития и усложнения. Например, упражнение, «работающее» со стопой.

Исходный вариант упражнения выглядит следующим образом:

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – подъем на полупальцы, «два» – перекат на пятки.

Второй вариант этого упражнения:

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – подъем на полупальцы, «два» – вернуться в И. П.

Затем в этом же режиме подъем на пятки.

Далее упражнение может развиваться в разных направлениях. Увеличиваем нагрузку за счет поэтапного исполнения.

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – подъем на низкие полупальцы, «два» – подъем выше (на среднюю линию), «три» – подъем на высокие полупальцы, «четыре» – задержаться в этом положении, фиксируя выпрямленные колени.

Затем все выполняется в обратном порядке.

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – подъем на высокие полупальцы, «два» – перекат на мизинцы, «три» – на пятки, «четыре» – И. П.

Увеличиваем сложность исполнения за счет изменения темпа, ритмического рисунка.

Развиваем упражнение последовательным поочередным исполнением правой и левой стопой.

Задание № 5

Описать структуру короткого экспресс-тренинга для подготовки к работе с пантомимическими этюдами.

Технология выполнения задания

Рассмотрим примерный вариант экспресс-тренинга для подготовки к показу самостоятельных работ по теме «Искусство пантомимы» (2-й раздел курса). Поскольку тренинг не должен занимать много времени, некоторые известные упражнения трансформируются в комплексные. Разогревая стопы, мы можем заниматься разминкой и подготовкой рук и т. д. Например: после упражнений в легком беге переходим в положение основной стойки.

Упражнение 1

И. П. – О. С.

Т. И.: подъем на полупальцы, на пятки, на внешний свод стопы с одновременным вращением кистями рук.

Упражнение 2

И. П. – О. С.

Т. И.: одновременное вращение коленей и плечевого пояса.

Упражнение 3

И. П. – О. С., стопы на расстоянии двух О. С.

Т. И.: «раз» – наклон вперед (ноги выпрямлены в коленях), руки опускаются к полу; «два» – наклон назад (ноги сгибаются в коленях), руки переносятся назад на бедра; «три» – наклон корпуса вправо (ноги остаются согнутыми в коленях), руки в замке перед грудью, локти в стороны; «четыре» – наклон влево.

Упражнение 4

И. П. – О. С.

Т. И.: волны телом снизу вверх и сверху вниз, – начиная волнообразное движение телом снизу, продолжить волной сверху вниз без паузы.

Упражнение 5

И. П. – О. С., стопы на расстоянии двух О. С.

Т. И.: боковая волна телом с активным включением шеи и рук.

Упражнение 6

И. П. – О. С.

Т. И.: «шаг против ветра» одновременно с волнами руками.

Упражнение 7

И. П. – О. С.

Т. И.: импровизация на тему «волны»

Задание № 6

Составить и провести с группой партерный тренинг.

Технология выполнения задания

Чаще всего партерные упражнения представляют собой продолжение общего пластического тренинга. Самостоятельный партерный тренинг (или тренинг на полу) может проводиться для реализации конкретной задачи. Например, сцена к репетируемому спектаклю требует специальной подготовки, которую обеспечивают упражнения в партере. В другой ситуации партерный тренинг может потребоваться для формирования или совершенствования физической формы обучающихся. Вариант партерного тренинга приводится ниже. Предшествовать партерному тренингу должна небольшая разминка: упражнения в шаге и беге по кругу, упражнения в положении О. С.

Упражнение 1

И. П. – сидя на полу, стопы соединены перед собой, колени разведены в стороны («бабочка»).

Т. И.: «раз» – опустить верхнюю часть корпуса вперед на стопы, таз при этом оставить на полу; «два» – оставаться в этом положении 10–15 секунд; «три» – вернуться в И. П.; «четыре» – опуститься назад и лечь на спину (стопы не меняя положения, подтягиваются ближе к телу исполнителя, колени максимально разведены в стороны); «пять» – оставаться в этом положении 10–15 секунд; «шесть» – вернуться в положение О. С.

Упражнение 2

И. П. – сидя на полу в положении «бабочка», правая нога, согнутая в колене, располагается на левом бедре (стопа при этом развернута внутренним сводом вверх, колено правой ноги – на полу); левая нога вытянута вперед, стопа левой ноги сокращена.

Т. И.: «раз» – наклониться к левой ноге грудью; «два» – руками захватить пальцы левой стопы и подтянуться грудью к левому колену, которое должно быть выпрямлено и прижато внутренней частью к полу; «три» – задержаться в этом положении 10–15 секунд; «четыре» – вернуться в И. П. Все повторить с левой ноги.

Упражнение 3

И. П. – сидя на полу, ноги соединены и вытянуты вперед.

Т. И.: «раз» – наклониться вперед, касаясь животом бедер, грудью – коленей; «два» – руками захватив пальцы ног, подтянуться как можно ближе грудью к выпрямленным коленям; «три» – оставаться в этом положении 10–15 секунд; «четыре» – вернуться в И. П.

Упражнение 4

И. П. – стоя на коленях (колени разведены), корпус выпрямлен, руки опущены вдоль тела.

Т. И.: «раз» – опуститься тазом вниз и сесть между голеней – положение «лягушка»; «два» – опуститься и лечь грудью на пол между коленями; «три» – оставаться в этом положении 10–15 секунд; «четыре» – подняться в О. С. и лечь на

спину, колени широко раскрыты; «пять» – оставаться в этом положении 10–15 секунд; «шесть» – вернуться в положение О. С.

Упражнение 5

И. П. – «бабочка».

Т. И.: «раз» – перевернуться животом вниз, вес тела остается на коленях; «два» – правую ногу вытянуть в сторону, стопа сокращена, вес тела распределяется равномерно на пятку правой ноги и левое колено; «три» – оставаться в этом положении 10–5 секунд; «четыре» – вернуться в И. П. Все повторить с левой ноги.

Упражнение 6

И. П. – стоя коленях, опираясь на кисти.

Т. И.: «раз» – корпус подать вперед, руки при этом выпрямляются в локтях, ноги вытягиваются и выпрямляются, живот и бедра опускаются на пол; «два» – вернуться в И. П.; «три» – корпус подать назад, колени сгибаются, таз опускается на пятки, руки выпрямляются, корпус грудью и плечевым поясом опускается на пол; «четыре» – вернуться в И. П.

Упражнение 7

И. П. – лежа на животе, руки и ноги немного разведены в стороны.

Т. И.: «раз» – поднять верхнюю часть корпуса (при этом ноги и таз остаются на полу); «два» – вернуться в И. П.; «три» – поднять ноги и таз (грудь, плечи и руки остаются на полу); «четыре» – вернуться в И. П.; «пять» поднять верхнюю и нижнюю части корпуса одновременно (с опорой на живот); «шесть» – вернуться в И. П.

Упражнение 8

И. П. – лежа на спине, ноги согнуты в коленях, стопы на полу, руки согнуты в локтях, кисти на затылке.

Т. И.: «раз» – ноги поднять вверх, стопы и колени выпрямлены; «два» – стопы сократить и «поставить» на пол; «три» – ноги максимально развести в стороны; «четыре» – оставаться в этом положении 10–15 секунд; «пять» – ноги соединить и вытянуть стопы; «шесть» – согнуть ноги в коленях и опустить их в И. П.

Задание № 7

Составить тренинг для работы над этюдами по теме «Пластика животных».

Технология выполнения задания

Один из вариантов подобного тренинга может выглядеть следующим образом. Тренинг организуется с учетом разнообразной динамики и специфики в организации телесного пространства у животных и птиц разных видов. Начинается он с упражнений в ходьбе и беге, которые завершаются подскоками, прыжками и партерными упражнениями (перевороты через плечо, в движении по кругу, чередование прыжков и переворотов, боковые перекаты, потягивания с переходами в группировки и т. д.) Далее могут следовать упражнения в положении О. С.

И. П. – О. С.

Т. И.: мягкие движения шей: «раз» – голову опустить на грудь и развернуть к правому плечу, приподнимая подбородком вверх; «два» – то же движение повторить к левому плечу.

И. П. – О. С.

Т. И.: «раз» – грудь выдвигается вперед, плечи одновременно увести назад; «два» – плечи максимально выдвигаются вперед, грудь «уходит» назад.

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – полуволна (до пояса) вперед; «два» – полуволна назад; «три» – полуволна вправо; «четыре» – полуволна влево.

И. П. – лежа на спине, руки и ноги вытянуты по линии тела.

Т. И.: «раз» – повернуться на бок и сгруппироваться (ноги согнуть в коленях, локти прижать к животу, тело свернуть в положение «эмбрион»), «два» – вернуться в И. П.; «три» – выполнить те же движения в другую сторону.

И. П. – лежа на спине, руки и ноги вытянуты.

Т. И.: «раз» – выполнить полный перекат; «два» – перевернуться в положение «лежа на животе» и быстро подняться в положение «стоя на стопах и кистях», корпус при этом сгруппирован.

Рекомендуемая литература: 1, 2, 4, 7, 11, 13.

1.2. Навыки координации

Целью работы по данной теме является формирование навыков профессиональной координации.

Достигается реализуется данная цель выполнением *следующих задач*: обретением умения управлять центром тяжести тела, определением взаимосвязи положения центра тяжести и особенностей осанки и походки, воспитанием навыка реакции телом, определением природы мышечного зажима, формиро-

ванием навыков общей и локальной релаксации, воспитанием многоплоскостного внимания, ритмичности, мышечной памяти.

Порядок работы:

1. Упражнения в ходьбе и беге.
2. Упражнения в основной стойке (координация рук и ног, стоп и кистей рук и т. д.), упражнения с незначительными перемещениями.
3. Упражнения акробатического и гимнастического комплекса на ограниченном пространстве.

- Одной из важных характеристик артиста является ловкость, которая представляет собой совокупность специальных координационных способностей, выражающихся в наличии ряда творческих умений и особенно настроенных двигательных способностей.

Выделяются следующие критерии оценки координационных способностей: правильность исполнения движения или комплекса движений; скорость достижения результата; рациональность выбора движений в решении творческой задачи.

- Важными профессиональными характеристиками будущих режиссеров являются способность к организации необходимого физического движения актеров, способность к выстраиванию и реализации пространственно-временных отношений, умение формировать темпоритмическую сетку сценического произведения, умение перестраиваться в изменяющейся творческой ситуации, способность регулировать уровень мышечного напряжения и скорость телесной реакции.

- Необходимым профессиональным навыком является умение развивать и усложнять упражнения по данной теме. Формирование нового уровня упражнения может происходить в нескольких направлениях.

Первое направление – смена темпа исполнения.

Второе направление предполагает усложнение исполнения при помощи добавления новых движений рук или соединения с другими движениями.

Третье направление – к определенному рисунку движения рук добавляются движения корпуса и (или) ног.

Требования к исполнению заданий:

- знание принципов организации и путей развития координационных упражнений;
- знание и владение методикой ведения или составления упражнения;
- практическое владение упражнениями;
- умение усложнять упражнения в разных направлениях;
- умение удерживать и менять темпоритмическую структуру упражнения.

Задание № 1

Освоить самостоятельно данные упражнения, дать анализ их структуры, придумать цикл вводных элементов, необходимых к исполнению упражнений.

Технология выполнения задания

Выполнение первого задания происходит поэтапно.

Первый этап – практическое освоение упражнения.

Упражнение 1

И. П.: О. С.

Т. И.: «раз» – правая рука поднимается в правую сторону, левая рука остается опущенной вниз; «два» – правая рука поднимается вверх, левая (одновременно) – поднимается в сторону (влево); «три» – правая рука опускается и открывается в сторону, левая – поднимается вверх; «четыре» – правая рука опускается в И. П., левая – опускается и открывается в сторону.

Весь цикл выполняется 4 и более раз.

После практического изучения предложенного упражнения студенты делают детальный анализ всех его составляющих, уделяя особое внимание связкам или переходам от одного элемента к другому. В схеме движения присутствуют движения обеих рук. Правая и левая руки совершают ряд простых движений, которые могут быть выучены как подготовительная часть к исполнению. Затем соединяют только две фазы (счет «раз» и «два»). Этап третий – соединение движений третьей и четвертой фаз (счет «три» и «четыре»).

Упражнение 2

И. П.: О. С., руки согнуты в локтях, направлены вперед, ладони открыты от себя.

Т. И.: «раз» – кисти сжать в кулаки, «два» – кисти открыть, широко разведя пальцы, «три» – кисти сжать в кулаки, «четыре» – раскрыть кисть с вытянутыми и соединенными пальцами.

Упражнение 3

И. П.: О. С., руки направлены вперед, как в предыдущем упражнении.

Т. И.: «раз» – кисти сжать в кулаки, «два» – правая кисть открывается, широко раздвинув пальцы, а левая при этом открывается с вытянутыми и сжатыми вместе пальцами, «три» – кисти сжать в кулаки, «четыре» – правая кисть открывается с вытянутыми и сжатыми пальцами, а левая кисть открывается с раздвинутыми пальцами.

Задание № 2

Развить ранее изученное и освоенное упражнение № 3, меняя темп исполнения.

Технология выполнения задания

Выполнить любое хорошо освоенное упражнение из первого задания сначала в целых долях, затем в половинных и четвертях.

Задание № 3

Соединить ранее изученную схему упражнения из задания № 2 с новыми движениями рук.

Технология выполнения задания

Соединяем рисунок упражнения № 1 с движениями пальцев правой и левой рук. Кисть в начале исполнения сжата в кулак, а затем на каждый счет открываются пальцы: «раз» – правая рука в сторону (открывается один палец), левая рука остается на месте; «два» – правая поднимается вверх (открываются два пальца, левая рука открывается в сторону, выбрасывается один палец) и т. д.

Задание № 4

Выполнить схему упражнения № 2, усложняя его включением движений ног и корпуса.

Технология выполнения задания

Вся схема движения рук в упражнении соединяется с простыми приседаниями, затем с шагом и прыжками на месте. Можно соединять движения рук с наклонами и поворотами корпусом.

Задание № 5

Освоить и выполнить упражнение из тренинга Н. В. Карпова [12]. Найти способ развития упражнения.

Технология выполнения задания

И. П. – О. С.

Т. И.: «раз» – начать вращение кистями внутрь; «два» – поднять правую ногу, согнутую в колене, и начать вращение правой стопой наружу; «три» – И. П.; «четыре» – поднять левую согнутую в колене ногу и начать вращение левой стопой внутрь; «пять» – подключить вращение кистей наружу.

Задание № 6

Освоить упражнения на равновесие.

Технология выполнения задания

Упражнение 1

И. П. – О. С.

Т. И.: «раз» – развернуть правую стопу на внешний свод, левую приставить на высоком полупальце к пятке правой

на одну линию, руки открыть в стороны; «два» – закрыть глаза и оставаться в этом положении минуту, стараясь удерживать равновесие. Все повторить с левой ноги.

Упражнение 2

И. П. – О. С.

Т. И.: развернуть правую стопу на внешний свод, перенести вес тела направо, левую ногу согнуть в колене и поднять вперед (стопа при этом сокращена). Остаться в этом положении минуту, стараясь сохранять равновесие. Все повторить с левой ноги.

Рекомендуемая литература: 1, 2, 11, 12, 13.

1.3. Элементы акробатики

Цель упражнений по теме «Элементы акробатики» – воспитание и совершенствование профессиональной телесной формы. Для ее реализации необходимо: укрепить мышцы, обеспечить подвижность суставов, быть способным работать с акробатическими комплексами, балансами, равновесиями, владеть динамическими упражнениями, уметь составлять многофигурные композиции и в них работать.

Порядок работы

1. Комплекс подготовительных упражнений моторного типа, развивающих силу, ловкость, подвижность и пластичность.

2. Акробатические комплексы: «мосты», «стойки», «шпагаты».

3. Упражнения, воспитывающие умение находить и определять равновесие тела исполнителя в заданном пространстве: «птица», «лягушка», «ласточка», «дерево».

4. Балансы: партерные, на бедрах партнера.

5. Динамические упражнения: кувырки, перевороты, каскады.

Элементы акробатики в программе курса «Сценическое движение» первого и второго семестров занимают значительное количество времени, поскольку именно на этих занятиях происходит формирование таких важных качеств, как решительность и уверенность в себе, смелость, устойчивость функций вестибулярного аппарата, двигательная память, эмоциональная устойчивость. Элементы акробатики воспитывают силу мышц, выносливость, гибкость и пластичность. Большое значение эта тема имеет и в становлении таких качеств, как умение слышать партнера без слов (телесное восприятие), навык работы с разными партнерами.

Работа с акробатическими упражнениями, их освоение, развитие, постановка этюдов условно может рассматриваться в нескольких уровнях:

- Первый – физический уровень, уровень точного исполнения упражнения. Здесь критерием оценки является чистота исполнения, темп и ритмическая организация, как отдельных частей, так и всего упражнения в целом. Эту ступень в освоении акробатических элементов можно определить как базовую.

- На втором уровне, по мере приобретения большего опыта в акробатике, следует открытие, понимание и постепенное становление эмпатического чувства, чувства внутренней умеренности и равновесия. На этой стадии тело исполни-

теля уже не просто выполняет упражнение, оно его творит, существуя оправданно и осмысленно. Начинается рождение «тела художественного».

- На третьем уровне в работе с акробатическими упражнениями появляется и проявляется умение создавать телесный диалог, существовать в нем, возникает чувство создаваемой формы. В этой ситуации акробатические элементы лишаются своей «спортивности», трансформируясь в пластическую партитуру художественного образа.

Необходимо отметить, что некоторые акробатические упражнения имеют сложную физическую партитуру, то есть состоят из нескольких групп движений. Нужно научиться выполнять их как единое целое. Кроме этого при выполнении отдельных упражнений можно получить травму, поэтому новые и сложные упражнения и их составляющие разучиваются и осваиваются только на занятиях в присутствии педагога. Важно в процессе выполнения задания уметь контролировать работу периферии тела (рук, ног) и дыхания.

Самостоятельно студенты могут исследовать только отдельные элементы индивидуальной акробатики, а также составлять этюды по парной акробатике после того, как ими будут хорошо освоены базовые элементы темы. Все упражнения, связанные с балансами, объединены общими задачами: координацией движения в соответствии с предлагаемыми задачами и структурой, контролем степени напряжения тела, с проработкой каждого этапа упражнения, сохранением баланса, при переходе из одной позиции в другую. Для совершенствования навыков, получаемых на занятиях по сценической акробатике, необходимо осваивать упражнения в разных

скоростях, с максимальной амплитудой, сохраняя непрерывность и плавность движений.

Требования к исполнению заданий:

- знание принципов организации акробатической комбинации (зарисовки, связки);
- знание техники исполнения акробатических элементов и их технических особенностей;
- практическое владение базовыми элементами;
- умение составлять пластические этюды с элементами акробатики.

Задание № 1

Освоив базовые элементы динамических упражнений (кувырок вперед (назад), переворот через плечо вперед (назад), кувырок с открытыми в стороны руками, кувырок с шагом, кувырок через открытые в стороны выпрямленные ноги, каскады), составить из них связку.

Необходимо учитывать логику движения, физическое напряжение.

Это задание предполагает отработку техники элементов и технических нюансов переходов от одного элемента к другому.

Технология выполнения задания

Связка формируется из известных элементов, которые выстраиваются в определенной последовательности и выполняются в определенном темпе и ритме.

Например, связка: два кувырка вперед, через паузу переворот через плечо назад, кувырок назад, через паузу каскад вперед.

Другая связка: два кувырка назад, через паузу кувырок с шагом вперед, кувырок вперед, через паузу переворот через плечо назад, кувырок назад, через паузу два каскада вперед, кувырок вперед.

Задание № 2

Составить и исполнить акробатическую зарисовку, состоящую из элементов индивидуальных, динамических упражнений.

Необходимо отметить, что если связка отрабатывает технику, то в зарисовке присутствует и проявляется режиссерское решение будущего этюда.

Тема этюда в начале работы определяется педагогом, позже студенты выбирают ее сами.

Например, физическая схема зарисовки: «мост», мягкий выход из «моста» в группировку «упор присев», кувырок назад, выход в «стойку на лопатках», в стойке ноги раздвинуть в стороны, кувырок назад с открытыми ногами, переход в «упор присев», кувырок вперед, выход в шпагат.

Еще один вариант рисунка работы: два кувырка вперед, выход в положение «упор присев», кувырок назад с последующим выходом в «мост», опуститься из «моста» на пол и сразу – выход в «стойку на лопатках», находясь в стойке, открыть выпрямленные ноги в стороны, затем согнуть их в коленях (ноги располагаются над головой), выйти в кувырок назад, выход – полный рост.

Технология выполнения задания

В начале работы над связкой отрабатывается техника отдельных упражнений («шпагат», «мост», «стойка на лопатках» и т. д.). Затем следует разбить связку на части и последовательно тренировать эти части, обращая внимание на переходы от одного упражнения к другому.

Переходы необходимо исполнять в логике всей зарисовки, не отделяя элементов, так как они выполняют функцию нити, связывающей всю работу в одно целое.

Задание № 3

Составить зарисовку, используя варианты упражнения «баланс», исполнить ее с партнером.

Например, по схеме: из положения «лицом к партнеру» выход в баланс лицом друг к другу, оба партнера приседают, касаясь коленями (руки при этом выпрямлены), в перехвате партнеры освобождают левые руки и открывают их в сторону, колени выпрямляются, оба партнера медленно сгибаются в области таза и в этом положении вновь перехват, открываются правые руки в сторону, выход в баланс лицом друг к другу с захватом обеих рук.

Другой вариант зарисовки: баланс лицом к партнеру захват правыми руками, левые руки открыты назад, в приседе смена рук через верх, каждому партнеру развернуться боком к руке в захвате, прогиб в корпусе у обоих в сторону партнера, свободные руки поднимаются вверх, затем возвращаются в сторону, оба партнера разворачиваются лицом, захват обеими руками.

Эти и подобные задания сопровождаются заранее подготовленным музыкальным материалом.

Технология выполнения задания

В начале работы придумывается последовательность элементов, которая должна соответствовать теме и «событиям» зарисовки. Затем, также как и в предыдущих упражнениях, обращается внимание на переходы элементов, которые не выделяются, а наоборот, помогают «звучать» всей работе, собирают ее в единое художественное пространство.

Задание № 4

Составить зарисовку, используя только балансы в разных уровнях (в полный рост, на коленях, в положении сидя на полу и т. д.)

Технология выполнения задания

Один из вариантов может выглядеть следующим образом: баланс в полный рост лицом к партнеру, перехват правыми руками (левые руки открыты назад); присесть, касаясь коленями партнера; в этом положении поменять руки.

Задание № 5

Придумать и составить комплексную пластическую композицию — проект художественного номера или этюда, с использованием лексического материала сценической акробатики.

В этом задании могут присутствовать динамические упражнения (кувырки, каскады, перевороты), балансы, стойки и несложные поддержки.

Технология выполнения задания

Первый этап работы данного задания – определение темы будущего сценического номера. Затем происходит подбор музыкального материала.

Рассматриваются варианты включения акробатических элементов. Составляется физическая схема этюда (последовательность движений). Отрабатываются детали, при необходимости одни элементы заменяются другими. Это происходит в случае, если исполнители не справляются с упражнением.

Автор этюда должен найти такие средства воплощения своей идеи, которые были бы самыми точными в выражении идеи, но при этом не сложными (и не травмоопасными) в исполнительском плане.

Задание № 6

Придумать и составить многофигурную композицию или этюд (на 5–7 исполнителей). Подготовить композицию к показу.

Технология выполнения задания

Сначала продумывается тема композиции, определяется музыкальный материал. Затем составляются и репетируются элементы композиции, которые соединяются в отдельные большие фрагменты. На последнем этапе отрабатываются технические особенности соединительных движений и их слитность с базовыми элементами композиции.

Рекомендуемая литература: 1, 4, 10, 13.

РАЗДЕЛ 2. ПЛАСТИЧНОСТЬ И СКУЛЬПТУРНОСТЬ

Пластическое воображение представляет собой важную составляющую в профессии режиссера и руководителя любительского театра.

Существуя и развиваясь в разных условиях, телесно-пластическая культура вбирает характерные черты и оригинальность тех народов и того времени, которому она принадлежит.

Феномен пластической культуры является не менее значимым и важным историческим явлением, чем письменные и другие материальные памятники. Мировоззрение и мироощущение человека, его отношение к жизни и к миру, определение своего места в окружающей природе и многое другое фиксировалось в различных телесных изображениях людей и является в настоящее время основой телесно-пластической культуры, бесценным материалом в постановочной практике.

Выразителем и способом материализации пластической культуры человека является язык тела. Он представляет собой не только удивительно емкий носитель различного рода информации, но и универсальный способ общения. Язык тела в художественном преломлении в полной мере отражает не только информативную часть сообщения, но и эмоциональную составляющую, которая для искусства имеет немаловажное значение.

Пластическая культура в художественном творчестве, в частности пластическая культура театра, воспитание и становление которой происходит в театральной школе, выступает одним из компонентов общей культуры. В искусстве теат-

ра отражается культурный уровень современного общества, а вместе с ним весь комплекс проблем, встающих перед человеком, и даже предполагаемые пути и способы их решения.

Воспитание пластичности мышления и воображения, умение создавать на практике скульптурность художественного образа – первостепенные профессиональные задачи режиссера.

2.1. Скульптурность тела. Осанка и походка

Цель – формирование адекватных осанки и походки, коррекция отдельных недостатков в осанке.

Реализуется данная цель через выполнение *следующих задач*: определение факторов, влияющих на осанку и походку человека, выявление основных слагаемых сценической осанки и походки, определение понятий «идеальная осанка и походка», «непрерывность движения», «импульс».

Основные понятия:

Определение К. С. Станиславским понятия «скульптурность». Бытовая осанка и походка, ее техника и информативность. Недостатки в осанке и походке и способы их устранения.

Композиционные приемы построения движения – эксцентрический и концентрический; смысловой и эмоциональный эффекты этих приемов (концепции Ф. Дельсартра и Вс. Мейерхольда).

Порядок работы:

Данная тема осваивается в два этапа.

Первый – коррекция осанки и походки будущих актеров и режиссеров.

Второй – моделирование осанки и походки.

Процесс исправления и фиксации правильных телесных установок проходит на занятиях с педагогом и имеет свои особенности. Одна из них заключается в том, что многие проблемы, связанные с осанкой, педагог может озвучить и прокомментировать только на индивидуальных занятиях со студентом. Педагог вначале «диагностирует» основные положения тела в статике и динамике, затем дает советы по устранению проблемных моментов, подсказывает, на что следует обратить внимание и, по возможности, исправляет их в специальных упражнениях тренинга.

Поэтому материал, связанный с исправлением осанки и походки обучающихся, не может входить в самостоятельную работу студентов.

Осанка есть привычное положение тела при стоянии, ходьбе, сидении, формирующееся в процессе роста и развития человека. Для того, чтобы исполнитель сделал для себя «привычной» осанку исполняемого персонажа, то есть смог «носить» тело воображаемого сценического героя на себе, ему необходимо не только быть пластичным, но и обладать навыком принимать нейтральную осанку. Она является материалом, из которого создается внешняя составляющая художественного образа роли. Будущему режиссеру и руководителю театрального коллектива необходимо умение правильно давать установку к поиску нейтральных телесных красок.

Походка является способом ходьбы, сложившимся в жизненном опыте человека и, в силу этого, обладающим собственными индивидуальными особенностями. Для того что-

бы точно определить внешние характеристики своего героя, исполнитель под руководством режиссера должен точно представлять и его «жизненный опыт», и его «индивидуальные особенности», то есть уметь представлять и воплощать осанку и походку героя.

Моделирование осанки и походки воображаемого персонажа является одной из тем учебной программы по дисциплине «Сценическое движение», которая может быть представлена для самостоятельной работы студентов. Для выполнения данных заданий необходимо знать основные позиции, схемы «построения» походки и осанки, то есть, принципиальные опорные моменты в составлении внешних телесных характеристик.

Таковыми опорными точками являются: шея, «оформление» спины, живот, колени и стопы. Идеальная осанка требует, чтобы шея исполнителя была максимально выпрямлена; она должна располагаться перпендикулярно плечевому поясу. Спина прямая, грудь при этом полностью раскрыта, лопатки собраны, плечи опущены. Живот подтянут, но не вжат. Колени в статике выпрямлены либо оба, либо одно (в зависимости от позы стоящего); в ходьбе по завершении шага колено обязательно полностью раскрывается, то есть выпрямляется. Стопы в движении располагаются на одной прямой линии (перемещение по двум параллельным ведет к раскачиванию корпуса, фигура становится тяжелой). Второй вариант расположения стопы в шаге, больше подходящий для походки дамы, – пятки на одной прямой, а носки ног немного раскрыты.

Для моделирования «тела» конкретного героя определяется положение этих точек. Здесь необходимы знания о возрасте исполняемого персонажа, его статусе, роде занятий и

многом другом. Также следует придумать его прошлое и, таким образом, «выяснить», что могло повлиять на формирование его осанки и походки, то есть определить отношения внешних и внутренних характеристик, обнаружить их взаимозависимость.

Упражнения:

1. Упражнения в шаге и беге, тренирующие правильное положение пяти основных позиций осанки и походки. Упражнения коррекционного характера.

2. Упражнения по моделированию разных видов походок. Анализ моделей походок.

3. Комплекс упражнений, воспитывающий навык непрерывности движения. Смена темпа в движении.

4. Упражнения, тренирующие способность рождать пластический импульс. Различные варианты импульсов. Импульс телом. Локальные импульсы.

5. Упражнения, построенные по принципу эксцентрической и концентрической направленности движений.

Требования к исполнению заданий:

- знание основных направлений моделирования внешних характеристик осанки и походки персонажей;
- знание особенностей своей осанки и походки;
- практическое владение технологией моделирования осанки и походки;
- знания и умения в организации зарисовок по теме.

Моделирование нейтрального тела

Задание № 1

Займите положение лицом к зеркалу, осанка – нейтральная. Проанализируйте, как меняется эмоциональная окраска и

«смысл» тела с изменением положения отдельных точек плеча, шеи, спины, рук, ног.

Технология выполнения задания

Медленно опускайте голову вперед, при этом фиксируя, как изменяется осанка, каким новым смыслом она наполняется. В том же режиме изменяйте положение головы, наклоняя ее вправо, влево, сдвигая назад, одновременно анализируя, какие характеристики рождают различные ракурсы шеи и головы.

Задание № 2

Положение тела – лицом к зеркалу, осанка – нейтральная. Проанализируйте, как меняется эмоциональная окраска и «смысл» тела с изменением положения спины и плечевого пояса.

Технология выполнения задания

По схеме первого задания отрабатывается вторая принципиальная позиция осанки – спина. Обратите внимание на то, как меняется «возраст» с изменением положения спины: небольшой прогиб вперед плечевым поясом, затем в движение включается верх спины, и постепенно сутулость доходит до сгорбленности.

Опустите и приподнимите плечи; все движения выполняйте медленно и спокойно, проверяя через зеркало, как меняются телесные характеристики, какое они имеют значение для определения характера персонажа.

Задание № 3

Положение тела – лицом к зеркалу, осанка – нейтральная. Проанализируйте, как меняется эмоциональная окраска и смысл тела с изменением положения рук и плечевого пояса.

Технология выполнения задания

Меняйте положения рук следующим образом: опустите их и додумайте положение верхних частей тела (шеи, спины) так, чтобы поза была полностью оправдана. Попробуйте несколько вариантов «дорисовки», но с оправданием «нового» тела. Выполните те же действия, изменив движение рук: руки медленно поднимаются на уровень груди ладонями вверх, к воображаемому партнеру; руки подняты вверх, ладони раскрыты. Анализируйте изменения, происходящие в теле, и зависимость появления новых черт, новых характеристик, то есть новой информации, от изменений физического внешнего рисунка.

Задание № 4

Положение тела то же, что в предыдущем задании, осанка – нейтральная. Проанализируйте, как меняется эмоциональная окраска и смысл тела с изменением положения стоп и коленей.

Технология выполнения задания

Меняйте позиции стоп и коленей: стопы параллельно, колени чуть ослаблены; носки ног немного развернуты внутрь; одна стопа – «носком» внутрь, другая в шестой позиции, то есть прямо вперед. Так же, как и в предыдущем случае, «дорисовывайте» телом различные положения ног и

фиксируйте изменения, происходящие с внутренними характеристиками вашего придуманного персонажа. Как правило, возникает огромное количество вариантов «тела».

Задание № 5

Осанка – нейтральная. Анализируйте, как меняется характер тела с изменением точки начала движения.

Технология выполнения задания

Движение вперед может начинаться с носа, подбородка, груди, диафрагмы (точка солнечного сплетения), живота, бедер, коленей, стоп. Анализируйте, как при этом меняется характер тела.

Упражнение выполняется перед зеркалом в движении вперед. Старайтесь телом запомнить позиции, вызывающие изменения в формирующемся характере.

Задание № 6

Осанка – нейтральная. Вес тела – в районе солнечного сплетения. Определите эмоциональные характеристики, возникающие следом за изменением положения веса тела. Проанализируйте зависимость изменения положения веса тела и оправдайте появляющиеся пластические «краски».

Моделирование осанки и походки

Задания связаны с лепкой и формированием полной внешней характеристики одного персонажа. Здесь используются навыки, полученные в работе над предыдущими заданиями.

Задание № 1

Отыщите пластические краски, соответствующие подростковому периоду.

Технология выполнения задания

Перед зеркалом определите свою осанку и походку, затем трансформируйте ее в «совершенно юный вариант» (на возраст 13–14 лет). Подберите пластические краски, соответствующие подростковому периоду.

Задание № 2

Измените свою осанку таким образом, чтобы она максимально соответствовала возрасту 60–70 лет.

Технология выполнения задания

Перед зеркалом фиксируем основные точки формирования осанки и походки на указанный возраст. Определяем оптимальный рисунок движения ног в шаге.

Задание № 3

«Примеряйте» на себя осанку и походку подростка, а затем последовательно, не пропуская ни одной позиции, меняйте «возраст», постепенно «старея». Сочините историю конкретного человека, уточнив профессию, образ жизни, характер и т. д.

Технология выполнения задания

Отойдите от зеркала. Определяем точки формирования «подросткового возраста», затем начинаем медленно смещать их в направлении «старения». Пластический рисунок зарисовки должен соответствовать сочиненной истории.

Задание № 4

Определите пять принципиальных позиций осанки и походки для молодого успешного человека, уверенного в себе, способного справиться с любыми проблемами.

Технология выполнения задания

Перед зеркалом определите точки формирования осанки и походки, затем добавляем пластические характеристики, которые явились результатом наблюдения. Определяем «центр движения» персонажа. Сочиняем историю его становления и переносим ее в телесные признаки.

Задание № 5

Определите основные позиции в осанке и движениях на месте (смена позировок) для молодой девушки-абитуриентки перед творческим экзаменом.

Технология выполнения задания

Перед зеркалом «находим» положения точек формирования осанки и походки, характерные для молодой девушки. Определяем самые яркие позировки придуманного персонажа, сочиняем его историю, добавляя материал из опыта наблюдений.

Рекомендуемая литература: 1, 2, 6, 9, 12, 20.

2.2. Пластика рук

Целью упражнений по данной теме является воспитание эмоционально выразительного жеста, определение зависимости смысла движения от его скорости, амплитуды и силы, оп-

ределение жеста как единицы действия, как краски в пластической характеристике персонажа.

Задачи упражнений по данной теме: воспитание и развитие техничности рук: их амплитуды, силы, скорости движения, знакомство с классификациями жестов, с концепцией «психофизического жеста» М. Чехова.

Порядок работы:

1. Комплекс подготовительных упражнений;
2. Комплекс упражнений, развивающих силу и техничность руки (растяжка кисти, пальцев рук, навык работы в «неудобном положении»;
3. Комплекс упражнений для специальности «Актерское искусство» (специализация «Актер театра кукол») [21].

Руки – своеобразный «центр» в создании пластического образа персонажа. Освоение искусства художественного жеста – одна из задач пластического воспитания режиссера и актера. Воспитание художественного жеста, как составляющей общей профессиональной пластической культуры, имеет большое значение и предполагает немало времени для ее становления. Необходимо заметить, что при этом пластика рук занимает особое место в арсенале выразительности исполнителя. По форме движения рук, по рисунку, который складывается из жестов, по объему этого рисунка и темпоритмическим краскам можно очень многое сказать о времени и месте событий, характере персонажа, о его профессии и увлечениях, о его настроении и отношениях с другими героями.

В сценическом тексте спектакля не должно быть размытых высказываний, каждое движение на сценической площадке конкретно, целенаправленно, органично и понятно

зрительской аудитории. Жест помогает в организации сценического действия, но не служит комментарием к произнесенным словам.

Не существует специальных методик обучению выразительного жеста. Выразительность в движениях рук это результат большой общей работы по воспитанию и становлению исполнительской техники. Жест исполнителя выразителен лишь в том случае, если руки актера послушны его мысли и эмоциям.

Это предполагает для воспитания выразительности практическое освоение упражнений, тренирующих технику и технические возможности рук. Данные упражнения обеспечивают силу, большую подвижность, пластичность и другие физические характеристики.

Первый этап работы – технические упражнения, воспитывающие подвижность рук, они занимают много времени и присутствуют на каждом тренинге. Далее следуют упражнения, совершенствующие технику и выразительные возможности рук. Овладев техникой, можно приступить к упражнениям, тренирующим обратную связь в сложной системе аппарата воплощения артиста.

Упражнения:

1. Комплекс упражнений моторного типа, развивающих силу, ловкость, подвижность и пластичность рук от пальцев до плечевого пояса. Координационные упражнения.
2. Упражнения, тренирующие навыки симметричных и асимметричных движений и их сочетание.
3. Комплексы и сочетания упражнений, воспитывающих навыки «осмысленности» постановки жеста. Зависимость

уровня эмоциональности и характера жеста от расположения точки рождения (точка импульса) жеста.

4. Комплекс упражнений, взятый из учебного материала для специальности «Актерское искусство», специализации «Артист театра кукол».

Требования к исполнению заданий:

- знание особенностей технических упражнений для тренировки технических возможностей рук;
- практическое владение формами и приемами организации и выполнения упражнений по теме;
- знание принципов организации упражнений, тренирующих обратную связь;
- знания и умения в составлении и организации этюдов по теме.

Задание № 1

Развить схему известного упражнения, усложняя и дополняя ее новыми движениями.

Технология выполнения упражнения

Рассмотрим хорошо известное *упражнение*:

И. П. – О. С., руки согнуты в локтях, предплечья вытянуты вперед, кисти сжаты в кулаки.

Т. И.: вращение кистями рук внутрь, затем в обратную сторону.

Добавим еще одно движение – кисть раскрывается: пальцы напряжены и широко раздвинуты. Все упражнение теперь выглядит следующим образом:

И. П. – то же.

Т. И.: «раз» – вращение обеими кистями внутрь; «два» – кисть широко раскрывается ладонью параллельно плоскости пола; «три» – вращение обеими кистями в обратную сторону; «четыре» – кисть раскрывается также параллельно плоскости пола, но теперь тыльной стороной к полу.

Задание № 2

Составить новую схему, соединив два уже известных упражнения по теме «Пластика рук».

Технология выполнения упражнения

Рассмотрим два упражнения и возможный вариант их комбинирования.

Упражнение 1

И. П. – О. С., руки согнуты в локтях, предплечья вытянуты вперед, кисти свободны.

Т. И.: «раз» – обе кисти сжимаются в кулак, «два» – левая кисть раскрывается с вытянутыми вверх пальцами, правая – раскрывается с широко разведенными пальцами; «три» – обе кисти сжимаются в кулак; «четыре» – правая кисть раскрывается с вытянутыми вверх пальцами, левая при этом раскрывается также вверх с широко разведенными пальцами.

Упражнение 2

И. П. – О. С., руки согнуты в локтях, предплечья вытянуты вперед и вверх, кисти в «свободном кулаке».

Т. И.: «раз» – правая кисть: направляется вперед, открываются два пальца. Указательный палец вперед, большой – в сторону, остальные пальцы остаются в кулаке. Левая кисть:

те же движения пальцами, при этом кисть раскрывается пальцами вверх. Затем направления работы меняется.

Одна из комбинаций этих двух упражнений может выглядеть следующим образом:

И. П. – то же.

Т. И.: «раз» – кисти сжимаются в кулаки; «два» – левая кисть раскрывается с вытянутыми вверх пальцами, правая – раскрывается с широко разведенными пальцами; «три» – обе кисти сжимаются в кулак; «четыре» – правая кисть: направляется вперед перед собой, открываются два пальца – указательный палец вперед, большой – в сторону, остальные пальцы остаются в кулаке. Левая кисть: те же движения пальцами, при этом кисть раскрывается пальцами вверх; «пять» – кисти сжимаются в кулак; «шесть» – правая кисть раскрывается с вытянутыми вверх пальцами, левая – раскрывается с широко разведенными пальцами; «семь» – левая кисть: направляется вперед, открываются два пальца – указательный палец вперед, большой – в сторону, остальные пальцы остаются в кулаке, правая кисть: раскрывается также как левая, но пальцы направлены вверх. Более простой вариант комбинации этих двух упражнений представляют собой синтез первой части первого упражнения (счет: «раз» – «четыре») и первой части второго упражнения (счет: «раз – «четыре»).

Задание № 3

Составить небольшой (6–7 упражнений) разогревающий тренинг по теме «Пластика рук». Следует учитывать последовательность включения упражнений.

Технология выполнения упражнения

Все упражнения выполняются из положения основной стойки. *Примерный тренинг:*

1. Вращение руками (вперед и назад);
2. Вращение предплечьями (внутрь и наружу);
3. Чередование напряжения (кисть широко раскрыта) и свободного встряхивания;
4. «Ныряние» кистью вперед и назад;
5. Последовательное опускание пальцев (по принципу веера) вниз, а затем подъем;
6. «Лепка» шаров из воображаемого снега;
7. Волны кистью во всех направлениях.

Задание № 4

Самостоятельно составить небольшую пластическую зарисовку по теме «Пластика рук», используя элементы изученных упражнений.

Технология выполнения упражнения

Темы возможных зарисовок могут быть следующими: «Морское дно», «Метель», «Радуга», «Цветы», «Птица», «Огонь» и т. д.

Задание № 5

Придумать, составить и исполнить пластический этюд, в котором главным выразительным средством были бы руки исполнителя.

Технология выполнения упражнения

Темы этюдов: «Сон ребенка», «Времена года», «Огонь и лед», «Рождение воды» и т. д.

Задание № 6

Придумать и реализовать многофигурную композицию на тему «Пластика рук».

Технология выполнения упражнения

Темы предполагаемых этюдов: «Море», «Бабочки», «Летний луг» и т. д.

Задание № 7

Придумать несколько зарисовок (этюдов), в которых события реализовывались бы через руки.

Технология выполнения упражнения

Примерные темы: «В автобусе», «У компьютера», «Ожидание».

Рекомендуемая литература: 1, 6, 7, 11, 12, 14, 21.

2.3. Развитие ритмичности и музыкальности

Цель данной темы – определение понятия «темпоритм сценического действия», понятия «ритм» как составляющей существования жизни человека.

Задачи: воспитание «ритмичности», умения выявлять и создавать ритм, действовать в определенном ритмическом рисунке; формирование мышечного восприятия заданного

темпоритма; умение создавать ритмический рисунок действия и ритмический рисунок роли, как навык пространственно-временной организации пластического действия; определение музыкального материала, как составляющей сценической атмосферы; знакомство с различными пластическими рисунками (пластический хор, пластическое соло); определение понятий «пластический мотив действия», «акцент»; определение композиционных приемов: контраст, повтор, вариации в музыкальной теме; формирование навыков построения роли, сцены, спектакля; знакомство с понятиями: пластический аккомпанемент, локальное движение, жест; знакомство с композиционными приемами Вс. Мейерхольда.

Ритм является важнейшей составляющей жизни человека. В сфере художественного творчества ритмическая или темпоритмическая схема произведения – является одним из важных аспектов анализа. Безусловна значимость ритма в музыке, искусстве танца, вокальном и литературном творчестве. Для живописи, скульптуры это понятие также актуально. Театр, представляя собой синтез литературы, пластики, живописи, вокала, танца, принадлежит к области художественного творчества, где существует и реализуется понятие темпоритма, которое организует пространство и время сценической постановки в единое целое.

Среди значительного количества театральных «средств», обладающих выразительной способностью, ритмическая организация сценического произведения (в театре) является самым сложно организуемым средством. К этому следует добавить, что проблема состоит еще и в том, что ритмический рисунок сложно не только организовывать, но и удерживать.

Для сценического произведения его темпоритмическая структура является важным компонентом в создании художественного образа. Она не просто организует все выразительные средства, используемые режиссером, а выстраивает отношения между ними, которые, в свою очередь, также являются средствами выражения, но уже другого уровня. Темпоритм связывает представление о скорости действия с представлением о временных соотношениях между его частями. Для режиссера важным является умение выявлять и создавать ритм, действовать в определенном ритмическом рисунке, вести пластический мотив сценического действия, уметь расставить акценты, знать приемы композиции: контраст, повтор, вариации. Для исполнителя существенным представляется умение определять ритмический рисунок роли и способность существования в нем.

Упражнения:

1. Упражнения в основной стойке и в движении.
2. Упражнения, воспитывающие навыки устойчивости ритма в пластике, навык работы в контрастных ритмах, навык быстрого переключения с одного ритма на другой.
3. Упражнения, воспитывающие навык устойчивой работы в контрастных музыкальных и пластических ритмах.
4. Упражнения, тренирующие способность воспринимать и реализовывать музыкальные упражнения определенного характера, реагировать на смену характера музыки.
5. Комплекс упражнений «Поющее тело».
6. Музыкально-пластические импровизации.

Требования к исполнению заданий:

- знание особенностей темпоритмической организации в драматическом искусстве;

- практическое владение композиционными приемами: контраст, повтор, вариации;
- знание методики организации упражнений, тренирующих способность существования в одном ритмическом рисунке, в меняющемся ритмическом рисунке;
- знание и умение составления и организации этюдов по теме.

Задание № 1

Придумать и организовать схему упражнения, тренирующего долгое и устойчивое существование в одном ритмическом и темповом рисунке.

Технология выполнения упражнения

Рассмотрим известное *упражнение* из вводной части тренинга: шаг по кругу (найти общий ритм и темп в движении). Это упражнение может выступать в качестве опорного для создания своего варианта. Например, шаг по кругу (вводная часть): «раз» – подъем правого колена к груди, «два» – подъем левого колена к груди, «три» – шаг правой ногой вперед (без подъема колена), «четыре» – шаг левой ногой вперед (без подъема колена).

Задание № 2

Организовать из известных упражнений новый вариант, комбинируя их части.

Технология выполнения упражнения

Например, рассмотрим известные упражнения. Первое упражнение: «раз-два-три-четыре» – шаг по кругу на высоких

полупальцах, «пять-шесть-семь-восемь» – шаг на пятках. Второе упражнение: «раз-два-три-четыре» – вращение кистями внутрь, «пять-шесть-семь-восемь» – вращение кистями наружу. Выполнять упражнение, совместив работу рук и ног.

Задание № 3

Организовать схему упражнения, в котором темп и ритм постоянно меняются.

Технология выполнения упражнения

Можно обратиться к заданию № 2 и выполнять его со сменой темпа исполнения (руки и ноги «работают» в разных темпах). Затем организовать определенный ритмический рисунок для рук и для ног, который сначала выполнить отдельно, а затем их совместить.

Задание № 4

Придумать и организовать схему упражнения, тренирующего устойчивое существование в одном ритме и темпе с усложненным пластическим рисунком.

Технология выполнения упражнения

Определить ритмический рисунок, запомнить его. Придумать несложную пластическую схему движений и выполнить его в заданном ритме. Пластическая схема усложняется, ритмический рисунок остается неизменным.

Задание № 5

Организовать и освоить упражнение с несколькими небольшими ритмическими рисунками, которые чередуются в определенном порядке.

Технология выполнения задания

Придумать несколько коротких несложных ритмических схем, запомнить их, выполнить в определенном порядке. Затем разбить части задания для выполнения в подгруппах. Первый рисунок выполняет одна группа (от 3 до 5 человек), второй рисунок выполняется второй группой и т. д. Возможен другой вариант исполнения: каждую ритмическую схему выполняет один участник группы, либо часть ритмического рисунка выполняется одним, а затем включаются остальные.

Задание № 6

Подобрать несколько музыкальных фрагментов с разной ритмической основой и, импровизируя, воплотить их в пластических формах.

Технология выполнения задания

Музыкальный материал прослушивается один раз и затем реализуется в свободной пластике. Еще один вариант исполнения задания – реализация происходит без предварительного прослушивания.

Задание № 7

Выбрать музыкальный материал, исполнить его телесно (не танцуя), сохраняя ритмическую структуру. Повторить пластическую партитуру без музыки.

Технология выполнения задания

Определившись с музыкой и несколько раз прослушав ее, составить пластический рисунок и исполнить его. Затем повторить тот же рисунок без музыкального сопровождения.

Рекомендуемая литература: 1, 2, 4, 6, 8, 12, 13, 20.

2.4. Искусство пантомимы

Цель – знакомство со спецификой пластического языка пантомимы, понятием «пластическая стилизация» на основе работ Марселя Марсо.

Задачи: определение понятий «метафора» и «аллегория» в пластике, «мимодрама»; формирование навыков создавать зарисовки и этюды в пантомиме.

Основу искусства пантомимы составляет актерское мастерство. Для режиссеров знание элементов пантомимы имеет большое значение. Такие навыки, как стилизация, умение обобщать, создавать движением определенную интонацию, а также создавать художественный образ при помощи пластических техник являются профессионально необходимыми для постановщика. Движение и поза выступают как объективный материал восприятия и создания образа спектакля.

Все упражнения по теме «Искусство пантомимы» можно разделить на две части:

- первая – представляет собой подготовительный комплекс, задачей которого является оказание помощи студентам в освоении специфики элементов пантомимы;
- вторую часть наполняют стилистические упражнения, основу которых составляет известная гимнастика Этьена Декру «*mimerig*», не только тренирующая и развивающая тело актера, но и обучающая его правилам пластической образности.

Для режиссеров занятия пантомимой – это тренировка фантазии, воспитание умений и навыков по формированию пластической композиции спектакля, а также развитие пластического воображения, представляющего собой своеобразную систему мышления смыслообразами.

Основную часть практического материала студенты осваивают под контролем педагога на групповых и индивидуальных занятиях.

Занятия пантомимой требуют специальной пластической подготовки и некоторых условий. Первое условие для занятий пантомимой – физически сильное, пластичное тело. Второе – наличие определенного уровня телесной реакции и координации. Еще одно важное обстоятельство – это наличие профессионального внимания.

Искусство пантомимы формирует у будущих режиссеров профессиональное отношение к сценическому пространству. Пространство, время, декорации, костюмы, реквизит в пантомимических работах могут быть воображаемыми. Все сценическое окружение, а также его деформации создаются при помощи телесного движения, которое должно быть максимально выразительным.

Самостоятельная работа по теме «Искусство пантомимы» предполагает:

- оттачивание технических деталей упражнений;
- сочинение зарисовок, этюдов, композиций (сольных, дуэтных, многофигурных).

Порядок работы:

1. Технические упражнения: «Волна», «Шаг на месте», «Стена».

2. Упражнения и зарисовки аллегорического характера. Импровизации в пантомиме. Упражнение-дуэт «Рождающее движение...».

3. Этюды (ассоциативные, музыкальные, сюжетные), композиционные приемы в пантомиме.

Требования к исполнению заданий:

- знание технических особенностей стилистических упражнений по теме «Искусство пантомимы»;
- практическое владение упражнениями вводного цикла и стилистическими упражнениями;
- умение подбирать музыкальный материал к пантомимическим работам;
- знание основных направлений в организации пантомимических этюдов;
- знания и умения в организации этюдов по теме «Искусство пантомимы».

Задание № 1

Придумать и реализовать в группе небольшой тренинг, основу которого составят упражнения: «Волна» (волны телом во всех направлениях, волны руками, кистями), «Мертвая точка» (позиции рук, ног, головы, корпуса), «Стена», «Рисование».

Технология выполнения задания

Рассмотрим один из вариантов тренинга на основе цикла упражнений «Волна». Тренинг начинается с «волн» корпусом (сверху-вниз, снизу-вверх), затем продолжается большими «волнами» всем телом (снизу-вверх, сверху-вниз), далее – волны руками («Крылья», «Обратная волна», «Перекаты» со сменой плоскости исполнения, далее «волны» шеей, «волны» правой (и левой) половиной тела из положения – О. С., руки подняты вверх. Все упражнения тренинга выполняются из

положения основной стойки (О. С.). Завершается тренинг «волнами» кистей (полностью кистью во всех направлениях, волны пальцами).

Задание № 2

Составить зарисовку, используя лексику упражнения «Волна».

Технология выполнения задания

Предполагаемые темы работы: «Морское дно», «Птицы», «Лес» и т. д.

Задание № 3

Развить схему упражнения «Стена» до этюда или зарисовки.

Технология выполнения задания

Определяется тема, либо ситуация (учитывая характер упражнения), которая будет использована в задании. Упражнение может развиваться в разных направлениях. Оцениваются техника исполнения, оригинальность идеи. Темы могут быть следующими: «В темной комнате», «Зеркальный коридор», «Колодец», «У витрины» и т. д.

Задание № 4

Составить пантомимический этюд, основой которого является лексический материал двух стилистических упражнений «Шаг против ветра» и «Бег».

Технология выполнения задания

Определяется тема и последовательность событий этюда, с учетом семиотических (знаковых) особенностей упражнений.

Задание № 5

Составить и выполнить этюд под определенный музыкальный материал, используя пантомимическую лексику.

Технология выполнения задания

Поскольку музыкальный отрывок является определяющим, то тема, события этюда и их развитие должны соотноситься с музыкальным материалом. Необходимо учитывать своеобразие музыкального оформления пластического или пантомимического этюда.

Задание № 6

Составить и реализовать сольный пантомимический этюд, используя практический материал по теме «Искусство пантомимы».

Технология выполнения задания

В начале определяется тема будущей работы, затем подбирается соответствующий музыкальный материал. Создается драматургический план этюда, конкретизируется режиссерское решение. Затем режиссер приступает к работе с исполнителем.

Задание № 7

Составить и реализовать с группой многофигурную пантомимическую композицию, используя материал по теме «Искусство пантомимы».

Технология выполнения задания

Последовательность работы такая же, как в предыдущем задании. Работа с исполнителями происходит по эпизодам, которые впоследствии соединяются в сцены, а затем в готовую композицию.

Рекомендуемая литература: 3, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 25.

2.5. Пластика животных

Цель – выявление и знакомство с особенностями пластики животных.

Задачи: воспитание и тренировка специальной техники; знакомство с особенностями пластических характеристик животных: волка, кошки, птиц; выявление особенностей положения центра тяжести в пластическом рисунке животного; воспитание практических навыков по работе в упражнениях-дуэтах и многофигурных композициях.

Образы животных встречаются не только в сказках и спектаклях про животных. Часто аналогия между человеком и животным, между обществом людей и животной стаей или стадом заложена драматургом в литературном материале и направляет работу режиссера и исполнителей.

Комплекс упражнений «Пластика животных» представляет собой импровизации, в которых «участвуют» не только тело, но и голос. Подобными упражнениями, как правило, завершается занятие. Данный комплекс способен разогреть весь

психофизический аппарат исполнителя, поскольку объединяет элементы не только пластики, но и актерского мастерства. Подобные упражнения являются «переходом» от тренинга к репетиции и дальнейшей творческой работе.

Порядок работы:

Все упражнения по теме «Пластика животных» можно развести на несколько групп:

- первая группа представляет собой вводный цикл, который наполнен комбинированными пластическими и акробатическими упражнениями;
- вторая группа тренирует внешние пластические и физические характеристики конкретного животного;
- третья группа – упражнения-этюды.

Являясь великолепным тренингом физических способностей студентов, упражнения по теме «Пластика животных» совершенствуют актерскую технику и представляют собой ценный материал по созданию этюдов, композиций и пластических спектаклей. Осваивая пластические характеристики животных, присваивая их, адаптируя к своему телу, студенты глубже постигают особенности тела человека, свои собственные возможности. Для зарисовок в самом начале работы на тему «Пластика животные» рекомендуется брать не одно животное, а два или три, которые не принадлежали бы к одному виду, а представляли собой контрастный пластический и эмоциональный материал.

Самостоятельная работа по теме представляет собой этюды на наблюдение за животными, птицами.

Именно эта форма работы является замечательным способом в раскрепощении тела, развитии способности к импровизации и наблюдательности.

Упражнения:

1. Цикл вводных упражнений с элементами характеристик животных.

2. Упражнения, отрабатывающие способность освоения и реализации точного пластического рисунка животного (кошка, волк, птица и т. д.)

3. Упражнения-двуэты в пластике животного. Массовые этюды.

Требования к исполнению заданий:

- практическое владение упражнениями из первого раздела;

- знание и практическое владение методикой ведения упражнений по теме «Пластика животных»;

- знание основных направлений в развитии упражнений по теме «Пластика животных»;

- знания и умения в организации этюдов и композиций по теме.

Задание № 1

Наблюдая за поведением животного (кошка, собака, лошадь и т. д.), освоить самые характерные пластические «позиции» животных.

Технология выполнения задания

После наблюдения за животным (это могут быть видеоматериалы), студенты осваивают внешние физические особенности его поведения и адаптируют их к своим пластическим возможностям.

Задание № 2

Составить зарисовку, главным в содержании которой является презентация внешних пластических характеристик определенного животного.

Технология выполнения задания

После выбора содержания зарисовки (животное спит, оно просыпается, ищет корм, ест и т. д.) студенты приступают к созданию схемы поведения, определяя последовательность движений в ней. Идет поиск и освоение пластики задних и передних «лап», «спины-шеи», «корпуса».

Задание № 3

Придумать и составить этюд на тему «Скотный двор» или «Зоопарк».

Технология выполнения задания

Уже освоенное внешнее поведение конкретного животного трансформируется в сценический этюд. Первый этап – определение темы этюда. Второй этап работы связан с определением режиссерской экспликации этюда. Затем автор приступает к репетициям. При необходимости подбирается фонограмма. Это могут быть музыкальные композиции, шумы, звуки животного мира.

Задание № 4

Составить дуэтный этюд по теме с использованием пластики животных (или птиц) одного вида (две кошки, две лошади, две курицы и т. д.)

Технология выполнения задания

Технология выполнения задания та же, что в задании № 3.

Задание № 5

Составить зарисовку, персонажи которой – люди, обладающие внешними характеристиками и повадками животных.

Технология выполнения задания

Определить тему и действующих лиц будущей работы. Следующий этап – выявление необходимых ярких внешних черт-признаков животных для персонажей людей. Далее составляется этюд.

Задание № 6

Составить дуэтный этюд с использованием пластики животных разных видов (кошка и собака, корова и коза, курица и утка и т. д.)

Технология выполнения

Технология выполнения задания та же, что в задании № 3.

Задание № 7

Составить многофигурный этюд с использованием пластики животных разных видов.

Технология выполнения

Придумать драматургию этюда. Отработать отдельные эпизоды. Проанализировать последовательность включения отдельных фрагментов, совместить их. Представить работу на показе.

Рекомендуемая литература: 7, 9, 15, 18, 25.

*Методические указания по работе
с музыкальным материалом в пластических
(акробатических, пантомимических) этюдах*

В программе дисциплины «Сценическое движение» существует разделы и темы, воплощающие в себе «художественный» уровень становления телесности. Важным компонентом в постановочной работе является подбор музыкального оформления к этюдам, композициям, сценам и спектаклям. Поиск музыкального материала особенно важен для студентов-режиссеров. В случае, когда автор сценической работы точно определил тему, возможные пути ее раскрытия в пластике, выразительные средства (элементы пантомимы, акробатики), – поиск и введение музыкального фрагмента оказывается удачным. Следует отметить, что немаловажную роль в организации пластического материала и присоединения к нему музыкального играет субъективный фактор – собственное видение и понимание студентом не только выразительных возможностей пластики и музыки, но и способов их сочетания в одной работе. На занятиях по сценическому движению происходит трансформация из «просто тела» студента в художественное тело исполнителя.

Для того чтобы пластический этюд состоялся, необходимыми являются знания в области музыкальных направлений, жанров и форм. Без этого поиск музыкального материала сводится к появлению случайных вариантов, либо к использованию очень распространенных «штамповых» мелодий.

И еще одно необходимое условие для возможности работать с организацией пластического материала в этюд (композицию, зарисовку и т. д.), то есть решать постановочные задачи, — это наличие пластического мышления, воспитанием которого занимаются также движенические дисциплины. Без развитого пластического мышления и воображения, которые представляет собой профессионально необходимые характеристики, для режиссера невозможным становится его творческая и художественная состоятельность как постановщика.

Если в танцевальном искусстве музыка всегда является драматургической основой номера, то в пластике основой представляется смысл, воплощающийся исключительно телесно. Возвращаясь к проблемам подбора музыкального материала, можно отметить, что наличие развитого пластического мышления и эмпатических качеств, как правило, дают импульс к верному направлению в поисках необходимого музыкального фрагмента.

Сам поиск музыкального оформления в работе над пластическим этюдом имеет большое значение. Набор музыкального материала, его прослушивание, анализ очень часто приводят студентов к «открытиям». Например, первое, что обнаруживается, — это наличие общих моментов в пластике и музыке. И то, и другое, обладает очень сильным воздействием на чувства человека. И в пластике, и в музыке чудесным образом сочетаются эмоциональное, чувственное, фантазийное. И телесную выразительность, и музыку можно представить языком души человека.

С чего же может начинаться процесс поиска музыки, что может помочь в определении музыкального материала?

Во-первых, необходимо выбрать тему пластического этюда. Чаще студентам интересны такие темы, как «борьба добра и зла», «экология», «душа человека и ее составляющие», и т. д. Этюды на лирические темы в этом списке стоят на первом месте.

Во-вторых, необходимо установить художественные средства телесной пластики, способные выразить и раскрыть ее, именно так, как задумал автор. Этюды и зарисовки могут решаться в акробатической лексике с использованием элементов пантомимы, в свободной пластике с элементами трюков и т. д. Необходимо заметить, что чаще всего в работе с пластическим этюдом используется смешанная лексика (соединяются элементы нескольких разделов). В одной пластической композиции могут присутствовать элементы разных техник из различных разделов.

Как правило, поиск и определение музыкального фрагмента или фрагментов, необходимых для будущего пластического этюда начинается еще на этапе определения темы.

Далее следует процесс выбора: среди найденных музыкальных отрывков определяется материал, который, по мнению автора этюда, имеет право на существование в этой работе. Практика показывает, что утверждение музыки происходит по нескольким принципам.

Первый принцип в подборе музыкального произведения – иллюстративный. В этом случае пластический текст сливается с музыкальным, эмоциональное содержание пластической партитуры этюда дублируется музыкальным содержанием. Как правило, подобные работы, даже хорошо выполненные, с великолепным музыкальным материалом, –

не эмоциональны и не вызывают живого зрительского отклика. Иногда такая пластическая композиция в полной тишине звучит ярче, чем с музыкальным сопровождением.

Следует отметить, что на занятиях по дисциплине «Сценическое движение» в работе с пластическими этюдами и композициями наблюдаются три варианта воплощения принципа иллюстрации. Первый вариант – «перевес в пластику». В этой ситуации пластический рисунок, выражающий какую-то идею, интереснее музыки, его сопровождающей. Второй вариант – «перевес в музыку». Здесь все наоборот. Эмоциональный фон этюда держится за счет музыкального фрагмента. Зритель превращается в слушателя. Третий вариант – вариант «равновесия». Пластический текст этюда звучит «в унисон» с музыкальным, но, увы, от этого он не становится выразительным, а следовательно, интересным для зрителя.

Этот вариант представляет особый интерес для анализа. В этом случае определение музыкального материала происходит по «хореографическому» принципу, то есть, в первую очередь подбирается мелодия, полностью иллюстрирующая сценические события. Интонация, темпоритмическая структура, акценты и эмоциональное состояние полностью совпадают с интонацией, темпом, ритмом и акцентами пластического рисунка этюда. Каждая секунда сценического действия «отбивается» музыкальным «событием», каждый эмоциональный «вдох» сценической жизни тела фиксируется музыкальным фрагментом. Таким образом, пластическая работа трансформируется в плохо организованный «нехореографический балет» с танцевальным способом существования, где все становится предсказуемым и не оригинальным.

Процесс постановочной работы в пластике показывает, что музыкальный материал, зависимый от темы пластической композиции, от режиссерского решения, может организовываться по нескольким принципам. Первый принцип, который уже рассматривался, – иллюстративный. Второй принцип введения музыки в действие – принцип контраста. В этой ситуации темпоритмическая структура музыкального произведения не совпадает с пластическим действием, а полностью противоположна ей. Например, зритель видит почти неподвижную фигуру, либо человека (или группу людей), медленно (может быть, даже в «рапиде») перемещающегося в пространстве сцены, в сопровождении музыкального фрагмента в высоком темпе. Это общеизвестный режиссерский «ход», который (при точной организации) создает высокое напряжение на сцене. Эпизод становится более выпуклым, более значимым.

Контрастное соединение пластического рисунка и музыкального создает еще и дополнительный объем, сцена приобретает иногда иное значение, смысл происходящего, как правило, от частного восходит к более общему. Следует заметить, что обратный ход, когда при медленном музыкальном решении, пластическая партитура героя (героев) решена в высоком темпе (движения быстрые, иногда с ускорением) приносит также результат совершенно нового осмысления сценических событий.

Еще один вариант «соединения» пластики и музыки мы условно определяем как «последовательный». Мелодия либо «вторит» телесному рисунку, либо пластическая парти-

тура «следует» за музыкальной. Происходит смещение музыкальных акцентов относительно пластических. В сценическом фрагменте образуется совершенно новая оригинальная интонация. В некоторых студенческих работах подобное решение передает внутренние переживания, эмоции, провоцирующие физические поступки.

Таким образом, как показывает практика, музыкальные произведения, участвующие в оформлении пластических этюдов, выполняют ряд функций. Во-первых, музыка в этюде способна создавать и удерживать атмосферу всего пластического строения. Во-вторых, правильно подобранный музыкальный материал не только «оттеняет» настоящие события, он может создавать атмосферу прошлого и даже будущего. Способность передавать отношение героя или героев друг к другу, а также к реальности можно определить третьей функцией. Возможность создания музыкальным фрагментом намерения, настроения персонажа к дальнейшим действиям – мы рассматриваем как четвертую функцию. Кроме этого, мелодия – великолепный способ создания или подчеркивания внешних и внутренних характеристик персонажа или группы персонажей. Способность выявлять и укрупнять своеобразие героя – пятая функция. Положение о том, что музыка помогает в создании более точной пластической интонации отдельных действий, может быть шестой функцией. И наконец, седьмая функция музыкального произведения – способность выявлять и укрупнять конфликт в пластическом этюде, уточняя тон происходящего.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

1. Кох, И. Э. Основы сценического движения [Текст]: учебник / И. Э. Кох. – 3-е изд. – Санкт-Петербург: Лань; Планета музыки, 2013. – 512 с.
2. Немеровский, А. Б. Пластическая выразительность актера / А. Б. Немеровский; ГИТИС. – Москва: РАТИ-ГИТИС, 2010. – 255 с.
3. Маркова, Е. В. Уроки пантомимы / Е. В. Маркова. – Санкт-Петербург: Лань; Планета музыки, 2012. – 283 с.

Дополнительная литература

4. Вербицкая, А. В. Основы сценического движения [Текст] / А. В. Вербицкая. – Москва: ГИТИС, 1982. – Ч. 1. – 60 с.
5. Голубовский, Б. Г. Наблюдения. Этюды. Образ [Текст]: учеб. пособие / Б. Г. Голубовский. – Москва: ГИТИС, 2001. – 144 с.
6. Голубовский, Б. Г. Пластика в искусстве актера [Текст] / Б. Г. Голубовский. – Москва: Искусство, 1986. – 189 с.
7. Григорьянц, Т. А. Сценическое движение. Пластический тренинг [Текст] / Т. А. Григорьянц; КемГУКИ. – Кемерово: КемГУКИ, 2004. – 96 с.

8. Гринер, В. А. Ритм в искусстве актера [Текст] / В. А. Гринер. – Москва, 1966. – 270 с.
9. Дрознин, А. Б. Дано мне тело... Что мне делать с ним? [Текст] / А. Б. Дрознин. – Москва: Навона, 2009. – Кн. 1 – 464 с.
10. Дрознин, А. Б. Сценическая акробатика в физическом тренинге актера по методике [Текст] / А. Б. Дрознин. – Москва: ВЦХТ, 2005. – 176 с. – (Сер. «Я вхожу в мир искусств»).
11. Дрознин, А. Б. Физический тренинг актера по методике А. Дрознина [Текст] / А. Б. Дрознин. – Москва: ВХЦТ, 2004. – 160 с. – (Сер. «Я вхожу в мир искусств»).
12. Карпов, Н. В. Уроки сценического движения [Текст] / Н. В. Карпов. – Москва: ГИТИС, 1999. – 107 с.
13. Круглова, А. Г. Сценическое движение. Педагогика телесного воспитания актера [Текст] / А. Г. Круглова. – Москва, 2008. – 176 с.
14. Кудашева, Т. Н. Руки актера [Текст] / Т. Н. Кудашева. – Москва: Искусство, 1970. – 190 с.
15. Ливнев, Д. Г. Сценическое перевоплощение [Текст] / Д. Г. Ливнев. – Москва: ГИТИС, 1991. – 221 с.
16. Маркова, Е. В. Марсель Марсо [Текст] / Е. В. Маркова. – Санкт-Петербург: Лань, 2013. – 222 с.

17. Маркова, Е. В. Этьен Декру. Теория и школа «тімериг» [Текст] / Е. В. Маркова. – Санкт-Петербург: Изд-во СПбГАТИ, 2008. – 224 с.
18. Маркова, С. В. Сценическая жизнь «человеческого тела» [Текст] / С. В. Маркова. – Краснодар: Изд-во КГУКИ, 2004. – 191 с.
19. Морозова, Г. В. О пластической композиции спектакля [Текст] / Г. В. Морозова. – Москва: ВЦХТ, 2001. – 144 с.
20. Морозова, Г. В. Пластическое воспитание актера [Текст] / Г. В. Морозова. – Москва: Терра. Спорт, 1998. – 240 с.
21. Пластика рук – основа актерского мастерства кукольника [Текст]: Коллективная монография. – Санкт-Петербург: Изд-во СПбГАТИ, 2012. – 288 с.
22. Рутберг, И. Г. Пантомима. Опыты в аллегории [Текст] / И. Г. Рутберг. – Москва: Сов. Россия, 1976. – 160 с.
23. Рутберг, И. Г. Пантомима. Опыты в мимодраме [Текст] / И. Г. Рутберг. – Москва: Сов. Россия, 1977. – 125 с.
24. Рутберг, И. Г. Пантомима. Первые опыты [Текст] / И. Г. Рутберг. – Москва: Сов. Россия 1972. – 147 с.
25. Толшин, А. В. Импровизация в обучении актера [Текст] / А. В. Толшин. – Санкт-Петербург: СПГАТИ, 2005. – 98 с.

Учебное издание

Григорьянц Татьяна Александровна

СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

Практикум

Редактор *В. А. Шамарданов*

Дизайн обложки *Н. П. Давыденко*

Компьютерная верстка *Я. А. Кондрашовой*

Подписано в печать 03.02.2017. Формат 60х84¹/₁₆. Бумага офсетная.

Гарнитура «Таймс». Уч.-изд. л. 2,4. Усл. печ. л. 4,8.

Тираж 500 экз. Заказ № 17.

Издательство КемГИК: 650056, г. Кемерово,

ул. Ворошилова, 17. Тел. 73-45-83.

E-mail: izdat@kemguki.ru