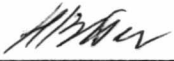


Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет культуры и искусств»

Факультет художественной культуры  
Кафедра режиссуры


СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

 Н.В.Петухова  
«17» 03 2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета

 Е.В.Пагоцкая  
«17» 03 2026 г.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

**СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ**

для специальности 6-05-0215-04 Режиссура представлений и праздников

Составитель: Красилов Б.А., старший преподаватель кафедры режиссуры

Рассмотрено и утверждено на заседании Совета факультет художественной культуры «17» марта 2026 г., протокол № 7

Рецензенты:

*И.А. Алекснина*, доцент кафедры театрального творчества учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств», кандидат искусствоведения, доцент;

*А.А. Дедушкова*, режиссер-постановщик государственного театрально-зрелищного учреждения «Заслуженный коллектив Республики Беларусь «Молодежный театр эстрады».

Рассмотрено и обсуждено на заседании кафедры режиссуры учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств» (протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	7
3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	26
4. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ.....	36
5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	40

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебно-методический комплекс по учебной дисциплины «Сценическое движение» разработан для учреждения высшего образования Республики Беларусь в соответствии с требованиями образовательного стандарта для специальности 6-05-0215-04 Режиссура представлений и праздников.

В комплексе представлен целостный практика-ориентированный поход, направленный на формирование у обучающихся комплекса профессиональных компетенций через усвоение теоретических знаний и практических навыков.

Учебная дисциплина «Сценическое движение» включена в дополнительные виды обучения и является вспомогательной в ряде дисциплин профессионального цикла при подготовке высококвалифицированных специалистов в области режиссуры и предусматривает использование в обучении студентов компетентностного подхода и инновационных педагогических технологий.

Освоение образовательной программы «Сценическое движение» по специальности Режиссура представлений и праздников обязано обеспечить формирование следующих компетенций:

Универсальные компетенции:

- УК-3. Владеть развитой способностью к чувственному восприятию мира, образному мышлению, ярко выраженной творческой фантазией.

- УК-5. Быть способным к саморазвитию и совершенствованию в профессиональной деятельности.

- УК-6. Проявлять инициативу и адаптироваться к изменениям в профессиональной деятельности.

- УК-8. Владеть способностью к постоянной и систематической работе, направленной на совершенствование своего профессионального мастерства.

- УК-16. Применять в профессиональной деятельности знания научно-психологических основ художественной деятельности и творчества.

- УК-17. Владеть основными техниками саморегуляции и саморазвития.

Базовые профессиональные компетенции:

- БПК-4. Уметь применять разнообразные средства художественной выразительности в процессе создания театрализованных и праздничных форм.

- БПК-8. Обладать базовыми навыками сценического движения.

- БПК-13. Владеть развитым чувством темпоритма, сценического пространства, законами композиции и художественной формы, творческими, педагогическими и организаторскими способностями.

**Цель учебной дисциплины** – овладение средствами сценической выразительности, знаниями и умениями в сфере пластических дисциплин.

Для реализации намеченной цели предусматривается решение следующих задач:

- формирование пластической культуры, ловкости, гибкости, равновесия, подвижности, координации движений, свободы и раскрепощенных мышц, основ индивидуального исполнительского мастерства и сценического движения;

- развитие образно-пластического мышления при помощи сценического движения как средства режиссуры театрализованных представлений и праздников;

- повышение психофизической стабильности во время выполнения сложно координированных упражнений на координацию, сценических переносок и поддержек;

В результате изучения учебной дисциплины выпускник должен знать:

- технику безопасности при занятиях по сценическому движению, при выполнении сложных трюков и поддержек;

- базовые физические упражнения для развития силы, ловкости, гибкости, равновесия, координации движений, подвижности, свободы и раскрепощенных мышц;

- основные этапы исторического развития и современные тенденции пластики и пантомимы;

- основные направления в развитии хореографии в историческом контексте развития культуры и быта;

- специфические особенности и средства пластической режиссуры;

**Выпускник должен уметь:**

- применять полученные знания в процессе создания театрализованного представления и праздника;

- оценивать качество пластических номеров, массовых сцен, музыкально-пластических представлений;

- владеть элементами техники пантомимы;

- работать с консультантом по пластике, балетмейстером (постановка пластических миниатюр, хореографических этюдов, пластических спектаклей);

**Обладать:**

- гибкостью, равновесием, координацией движений собственного тела;

- навыками и умениями в гимнастике, акробатике, пантомиме, хореографии;

Учебно-методический комплекс включает разделы: теоретический, практический, контроля знаний и вспомогательный, а также пояснительную записку.

Пояснительная записка (введение), отражает цели УМК, особенности структурирования, подачи учебного материала, рекомендации по организации работы с УМК.

Теоретический раздел содержит материалы для теоретического изучения учебной дисциплины в объеме, установленном типовым учебным

планом по специальности Режиссура театрализованных представлений и праздников.

Практический раздел УМК содержит материалы для проведения практических занятий.

В разделе контроля знаний содержатся материалы промежуточной и текущей аттестации, позволяющие определить соответствие результатов учебной деятельности студентов (вопросы и практические задания к зачетам). Выработка умений и знаний практического владения пластической культуры у студента требует продуманную систему образовательных и контрольных заданий. В связи с этим УМК содержит вспомогательный раздел, в который входит учебная программа по учебной дисциплине, учебно-методическую карту, список основной и дополнительной литературы, основные понятия и термины.

## 2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Для изучения и освоения материала по учебной дисциплине «Сценическое движение» рекомендуется использовать следующие учебники и пособия:

*Ананьев Б. Г.*, Теория ощущений / Б. Г. Ананьев –Л., 1961. – 454 с.

*Беляева, О. П.* Искусство балетмейстера: учеб. пособие / О.П. Беляева. – Минск: РИВШ, 2009. – 100 с.

*Биркенбил, В. И.* Язык интонации, мимики, жестов / В.И. Биркенбил. – СПб.: Питер-Пресс, 1997. – 85 с.

*Громов, Ю. И.* Танец и его роль в воспитании пластической культуры актёра: учебное пособие / Ю. И. Громов. – 2-е изд., испр. – Санкт-Петербург: Планета музыки, 2011. – 256 с.

*Грибов, С. С.* Пластическая культура и актерское мастерство: учебное пособие / С. С. Грибов. – Барнаул: АлтГИК, 2021. – 95 с.

*Гутковская, С. В.* Основы сочинения хореографической композиции: учеб.-метод. Пособие / С.В. Гутковская. Минск: Белорус. гос.ун-т культуры и искусств, 2011. – Ч.1. – 136 с.

*Кох, И. Э.* Основы сценического движения: учебник / И. Э. Кох. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2022. — 512 с.

*Туманов, И. М.* Режиссура массового праздника и театрализованного концерта / И.М.Туманов. – М.: Просвещение, 1996. – 189 с.

*Чурко, Ю. М.* Белорусский хореографический фольклор / Ю.М. Чурко. – Минск.: Высш.шк., 1990. – 415 с.

*Черняк, Ю. М.* Режиссура праздников и зрелищ / Ю.М.Черняк. Издательство: ТетраСистемс, 2004. – 356 с.

## КУРС ЛЕКЦИЙ

### ЛЕКЦИЯ 1. ВОЛЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ. ВОЛЯ И АКТИВНОСТЬ

**ВОЛЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ** (деятельность, действие, дробное действие; виды движения: локомоторные, рабочие, семантические, иллюстративные, пантомимические, художественные)

#### **Деятельность**

Если в процессе жизненной практики регулярно повторяется одинаковый комплекс преднамеренных действий, направленных на достижение одной и той же цели, то такое явление называется деятельностью. Деятельность всегда совершенно сознательна, и в ее основе лежит план определенная система действия, приводящая к конкретному результату. Деятельность всегда длительна по времени. Это означает, что отдельные движения и даже отдельные действия не могут называться деятельностью. Наиболее характерным видом деятельности является труд. Кроме трудовой деятельности, можно отнести к самостоятельным видам: деятельность в искусстве, в учении и в игре.

**Трудовая деятельность.** Труд – это, в первую очередь, процесс, в котором человек изменяет и совершенствует окружающий его мир.

Основным мотивом трудовой деятельности является удовлетворение насущных потребностей общества, развитие этих потребностей и совершенствование способов их удовлетворения. Трудовая деятельность очень разнообразна. Общая трудовая деятельность складывается из более частных видов: производственной, бытовой и общественной.

В продолжение одного спектакля актер не может сыграть деятельность своего героя; однако при решении образа артист должен учитывать всю совокупность явлений, влияющих на его поведение в роли. Особенности этого поведения доносят до зрителя содержание деятельности персонажа. Принять во внимание трудовую деятельность персонажа совершенно необходимо для того, чтобы актер стал подобием изображаемого им героя.

Исполнителю приходится отражать тот или иной вид трудовой деятельности, присущей его сценическому герою; но сам создатель сценического образа – актер занимается деятельностью в искусстве.

**Деятельность в искусстве.** Особенностью этого вида деятельности является творческий характер. Человек, занимающийся искусством, воплощает существующую или вымышленную действительность в художественных образах. Произведения реалистического искусства не копируют жизнь, но представляют собой результат творческого вымысла художника. Они отображают не конкретное явление, случай или факт из жизни общества, но обобщают эти явления, показывая типичное в художественных образах. Однако, несмотря на обобщенный характер, произведения искусства должны быть выражением полноценного живого явления. Так, в частности, сценический герой должен быть наделен всеми

чертами, свойственными тому или иному человеку, а это возможно только тогда, когда создаваемый образ мыслится артистом не в абстрактных, оторванных от жизни условиях, а в конкретной связи с действительностью, во всей полноте конкретной деятельности данного героя. Именно поэтому для актера и режиссера очень важна работа над созданием не только логики и последовательности жизни героя на сцене, но предыстория этой жизни в ее производственной, бытовой и общественной деятельности; при этом необходимо учитывать особенности его личной жизни, индивидуальные свойства организма, национальность, социальное положение, эпоху, в которую он жил. Только совокупность всех этих знаний позволяет создать совершенно конкретный и в то же время обобщенный образ, в том числе пластический.

Чтобы создать подлинное произведение искусства, исполнитель должен не только верно мыслить, наблюдая жизнь, он должен овладеть знаниями и техникой своего искусства. Без навыков даже самый талантливый художник ничего создать не может. В процессе длительного, упорного труда и обучения исполнитель должен овладеть знаниями, навыками и привычками, которые дадут ему возможность претворить замыслы в художественно сценические образы применительно к физическому поведению в роли. Систематические занятия позволяют овладеть техникой искусства и в сценическом движении.

### **Действие**

В своей законченной форме произвольные действия являются сознательными поступками, совершаемыми человеком по определенным мотивам, в соответствии с обдуманном намерением и по намеченному плану. Мотивом называется всякое переживание, стимулирующее человека к действию или задерживающее это действие, благоприятствующее его совершению.

Таким образом, возникновению произвольного действия предшествует процесс осмысления ситуации, в которую попал человек. Однако после того, как человек осмыслит ситуацию и захочет произвести те или иные действия, может оказаться, что актер — исполнитель данной роли — не в состоянии их выполнить, потому что он не знает, как это делается. Исходя из этого положения, понятно, что актер может играть только то, что им осмыслено, и с помощью техники, которая ему известна.

Учитывая специфику профессии, мы будем в дальнейшем рассматривать действия волевого типа. Они лежат в основе создания жизни героя, поскольку эта жизнь отражает отношение образа к предлагаемым обстоятельствам и выражает тем самым какую-то часть его деятельности.

Предпосылкой к действию является конкретная задача. Возникновение этой задачи в сознании всегда исходит из определенной причины, которая и становится главным побудителем к действию. Бывает, что причины, вызвавшие одно и то же действие, совершенно различны. Иногда это общественный долг, а иногда честолюбие, стремление к обогащению и т. п.,

но, с другой стороны, бывает, когда одно и то же событие, в зависимости от мотива, может вызвать у разных людей противоположную реакцию, а значит, и различные действия. Это обстоятельство важно учитывать при разборе поведения персонажа в тех или иных обстоятельствах сценической жизни.

Значение верной линии поведения в роли в том, что она, создавая верную логику и последовательность, вызывает соответствующие эмоции и чувства, поскольку чувства обязательно связаны с действием.

Обстоятельства, в которых действуют персонажи, и мотивы, побуждающие их к действию, порождают у актера соответствующее пластическое решение, ставят перед ним совершенно конкретные движущие задачи. Правдиво действовать актер может только тогда, когда он в состоянии ответить на вопросы: кто? где? с кем? почему? зачем? и как?

Сложность понятия «действие» состоит в его многообразии, даже если его рассматривать только применительно к движению на сцене. Физические действия – это комплексы движений – большие, с точки зрения их количества, и часто длительные по времени отрезки сценической жизни. В этих комплексах для выполнения какой-то конкретной, но большой сценической задачи, актеру приходится выполнять большое количество задач частного характера. Даже такое простое бытовое действие, как вымыть руки, на самом деле сложный комплекс, состоящий из серии более мелких действий: взять мыло, намылить руки, положить мыло, размыть пену, взять щетку, потереть руки и т. д. К. С. Станиславский назвал эти мелкие части большого действия – «дробными действиями».

Отличительная черта дробных действий заключается в том, что их нельзя поделить на еще более мелкие. Они всегда имеют смысловое содержание, но осуществляющие их элементы – движения, смыслового содержания уже не имеют. Дробное действие «намылить руки» осуществляется выполнением довольно большого количества движений. Если одному и тому же человеку предложить два раза подряд намылить руки и попросить его выполнить это действие абсолютно одними и теми же движениями, он этого сделать не сможет. Каждый раз это будет несколько измененный подбор движений.

На сцене должно происходить то же самое. В изменчивости и приспособляемости дробного действия к каждому данному моменту сценической жизни кроется подлинная органичность физического действия.

### **Движения**

Природа движений человека крайне сложна и многогранна. И. М. Сеченов писал, исследуя психическую деятельность человека: «Все бесконечное разнообразие внешних проявлений мозговой деятельности человека сводится к одному лишь явлению, – мышечному движению. Смеется ли ребенок при виде игрушки, улыбается ли Гарибальди, когда его гонят за излишнюю любовь к Родине, дрожит ли девушка при мысли о первой любви, создает ли Ньютон мировые законы и пишет их на бумаге, – везде окончательным фактом является мышечное движение».

Движения, выражающие состояние психики человека в каждый момент жизни, являются продуктом сознания человека; но их конкретные формы зависят от разнообразных и многочисленных факторов, физиологических свойств организма, его подготовленности, темперамента, характера, конкретных ощущений и восприятий, степени активности в данный момент и прочих признаков, и обстоятельств.

Вся сложнейшая совокупность указанных обстоятельств порождает конкретные формы движений, но только в том случае, если у человека появляются побудительные причины действовать. Побудительные причины вызывают у человека ту степень активности организма, когда непроизвольно, а иногда и произвольно рождаются движения. Это означает, что физические действия нельзя отделять от психики, что все виды движений, а в том числе и сценические, следует рассматривать только в единстве психического и физического начал.

Для удобства рассмотрения и систематизации все движения, выполняемые человеком в жизни (и актером на сцене) в зависимости от их назначения, можно поделить на пять групп: локомоторные, рабочие, семантические, иллюстративные, пантомимические и художественные. Следует отметить, что такое деление условно, поскольку одни и те же движения, в зависимости от конкретной формы, могут быть отнесены сразу к двум, даже трем группам; могут переходить из группы в группу, потому что они выполняют самые разнообразные функции в поведении человека; могут возникать произвольно и непроизвольно, выполняться сознательно, полуавтоматически и механически.

Локомоторные движения. К этой группе относятся движения, связанные, в первую очередь, с простыми бытовыми действиями. Выполняются они полуавтоматически, а иногда и совершенно механически. Этими движениями человек овладевает незаметно для самого себя в процессе роста и развития. К ним относятся обычные перемещения: ходьба, бег, прыжки и т. п.; движения, создающие основные положения тела; простые бытовые действия: употребление пищи, бросание, ловля, хватание и т. п. Эти движения находят применение в передвижениях по сцене и выражаются в осанке, походке, позах сидя и в простейших бытовых действиях, присущих герою, как человеку определенной национальности, пола, возраста, темперамента, характера, класса. В зависимости от национальных признаков и социально-экономических условий жизни в перечисленных бытовых физических действиях людей возникли различные особенности.

К обстоятельствам, влияющим на пластическое поведение людей, относятся: народные обычаи, светский этикет, костюмы и моды, конструкция жилищ и их убранство, форма мебели и бытовых вещей.

Разнообразие подобных действий – это тот материал, из которого актеру приходится создавать основу пластической характеристики своего героя. Такой отбор возможен, когда у актера создается представление о форме необходимого физического действия. Применительно к

локомоторным движениям, это получается после того, как актер ознакомится с этнографией изображаемой им национальности, историческими и иконографическими материалами, соответствующими произведению.

Локомоторные движения сами по себе – еще не действие, но его обязательная составная часть. Они могут быть сознательно подобраны и в процессе повторений полуавтоматизируются. Когда актер перестанет замечать их, то есть, когда они превратятся для него в необходимость, присущую данному моменту действия, то есть логически необходимыми, и только тогда эти движения станут органичными, жизненно правдивыми.

Рабочие движения. Это основная группа движений в жизни людей. Огромное количество этих движений и еще большее разнообразие в деталях совершенно исключают возможность их перечисления, тем более что эти жизненно необходимые движения повседневно повторяются, видоизменяются, создавая основу в физическом поведении человека.

Рабочие движения вне зависимости от того, какой род деятельности они осуществляют, приходится делить на «главные» и «вспомогательные». Выполнением главных рабочих движений актер практически осуществляет логику и последовательность физического поведения своего героя, поэтому важно, чтобы зритель их хорошо видел и понимал. Вспомогательные движения служат только для того, чтобы можно было удобно выполнять главные. Понятно, например, что рабочие движения рук токаря, обтачивающего на станке деталь, есть главные, а различные положения туловища и движения ног – вспомогательные, поскольку ноги не выполняют работу, а только помогают удобно работать руками.

Нормальное физическое поведение человека не может быть осуществлено без вспомогательных движений. Они органично переплетаются (координируются) с главными. Люди в жизни никогда не замечают их, но в логической связанности «главных» и «вспомогательных» движений заложено проявление высокой координации, свойственной человеческому организму.

Любое, самое незначительное физическое действие, такое, как взять чашку чая, выполняемое как будто только рукой, на самом деле требует вспомогательных движений туловища, шеи и даже ног. Все тело участвует в действии «взять чай». В таком простом локомоторном действии, как ходьба, руки движутся в ритме шагов, а туловище изгибается и поворачивается в соответствующие стороны. Вся мускулатура человека, берущего чашку чая млн идущего, занята выполнением этих действий. Но можно взять чашку чая и идти, не помогая выполнению этих действий вспомогательными движениями, а выполняя только главные. И для наблюдателя такой человек будет выглядеть или крайне неуклюжим, или больным. В нормальных условиях и при здоровом организме вспомогательные движения никогда не исчезают, но они иногда исчезают у актера на сцене. Происходит это от волнения или страха: мускулатура зажимается, не делает вспомогательных

движений, и в результате происходит весьма неловкое выполнение физических действий.

Когда в театральном быту говорят: «он не может пройти по сцене», – этим хотят сказать: «он не может нормально пройти по сцене». Такого страха, чтобы актер совсем не мог пройти по сцене или выйти на эстраду, практически не встречается, но бывает, что у плохого актера, идущего по сцене, пропадают почти все вспомогательные движения, и зритель видит на сцене вместо живого человека либо механически передвигающуюся куклу, либо больного. Психологический зажим всегда вызывает у актера физический зажим, и в результате пропадает естественность движений. Актер пытается сознательно восстановить вспомогательные движения (что практически невозможно, ибо они всегда возникают непроизвольно). Как правило, в этих случаях он делает нелепости, становится еще более неловким и, чувствуя это, совершенно теряется.

Именно эту значительность вспомогательных движений в жизни людей и у актеров на сцене понял В. Э. Мейерхольд. В основе мейерхольдовской биомеханики лежит принцип создания таких упражнений-этюдов, которые заставляли бы актера двигаться всем телом, приучали бы его к необходимости подсознательно пользоваться «вспомогательными» движениями в любом, самом незначительном по результату действию. Этот принцип можно определить, как принцип необходимости выполнять любое, самое незначительное физическое действие движениями всего тела. В этом принципе заложена подлинно научная основа, поскольку нормальный организм живет и действует как органичное целое.

Бывают случаи, когда вспомогательные движения особенно важны, — это относится к действиям, требующим специальной техники, иногда даже опасной для исполнителя. Верные вспомогательные движения в этих случаях дают возможность актеру безопасно проделать сценический трюк. При этом зритель совершенно не должен замечать вспомогательных движений.

Семантические движения. Движения этого типа заменяют людям слова: «остановись», «уйди», «да», «нет», «прошу вас», «тише» и т. п. Этих движений не так уж много, однако люди часто пользуются ими в жизни.

Движения этого типа довольно часто встречаются в сценической практике. Полная замена слов семантическими движениями практически оправдана только тогда, когда на сцене возникает «зона вынужденного молчания», а это происходит, когда обстоятельства сценической жизни мешают произнесению слов.

Семантические движения могут возникнуть у актера и в результате большого эмоционального возбуждения. В этих случаях семантические движения активно усиливают создаваемое речью актера впечатление; они обязательно имеют яркую эмоциональную окраску. Например: настойчивое словесное требование «подойди ко мне» может быть значительно усилено соответствующим жестом рук и выразительными движениями всего тела. В то же время семантические движения могут выражать и подтексты в роли;

например, когда говорят «уйдите», но в интонации звучит «не уходите», то та интонация может быть усилена соответствующими жестами.

В пластической характеристике образа актер может использовать движения семантического типа и тогда, когда герой находится в состоянии эмоционального покоя; но такая техника применима только в тех случаях, когда нужно специально подчеркнуть возраст, национальность, социальную принадлежность. Подобные движения типичны для людей романского происхождения, африканцев, евреев, кавказцев. Активная жестикуляция у этих народов – типичный пластический признак в физическом поведении, даже когда они в относительно спокойном состоянии; и наоборот, подобной жестикуляции нет у славян, англо-саксов, скандинавов и финнов. Сочетание семантических движений со словами усиливает впечатление от сказанного только при правильной технике их исполнения. Эта техника изложена в описании иллюстративных движений (см. ниже), но она не применима к семантическим движениям, возникающим произвольно, под влиянием сильных эмоций и чувств. В этом случае они не контролируются актером.

Иллюстративные движения. Движения этого типа показывают (иллюстрируют) качество объекта: его размер, вес, объем, качество поверхности, местонахождение и т. д., Например,: «У нас выход там!» — рука показывает направление, где дверь. Или «хозяйка вынесла большой пирог» — и руки показывают размер пирога.

Иллюстративные движения (так же, как и семантические) в сценических обстоятельствах должны выполняться до соответствующей реплики или после нее, т.е. не так, как в жизни, когда люди совершенно не думают о подобной последовательности. Выразительность в поведении актера требует освоения этой своеобразной техники, присущей только профессии актера.

Пантомимические (эмоциональные) движения. Эмоциональные или так называемые пантомимические движения возникают у людей в жизни и у актеров на сцене совершенно произвольно, как результат эмоций. В этих движениях наиболее ярко отражается внутренняя жизнь актера в роли. Эти движения активно воспринимаются зрителем, потому что они жизненно правдивы. Для режиссера и педагога появление этих движений в сценическом поведении актера является свидетельством органики исполнения.

Пантомимические движения, так же как и эмоции, их порождающие, никогда не закрепляются — они появляются и исчезают при каждом новом повторении роли, и в этом их сценическая ценность. В любом жанре театрального искусства эти движения не могут заменить слова или рабочие движения. Они никогда не выражают логики сценической жизни, но, своеобразно окрашивая эту жизнь, придают физическим действиям эмоциональный характер, эмоциональную насыщенность. В этом их подлинная жизненность.

Но, кроме того, наблюдая жизнь людей и поведение актеров на сцене, нетрудно обнаружить, что локомоторные, рабочие, семантические и иллюстративные движения несут в себе определенную эмоциональную окраску, которая в полной мере отвечает тем чувствам, которые свойственны в данный конкретный момент действующему человеку и актеру.

Каждое «произвольно-выразительное» движение всегда является сознательно организованным актом телесного: мышечного и нервного аппарата. Речь идет о таком произвольно-выразительном движении, которое способно, в силу естественных связей, породить множество невольных движений, дающих всему мышечно-нервному комплексу единый выразительно-ритмический тон. Если сознательно организованные произвольно-выразительные движения должны определять логически стройную сценическую перспективу жизни человеческого тела, то порождаемые логикой физического действия невольные движения образуют непрерывную и как бы музыкально-зримую «скульптуру» сценического действия, в которой воплощается с наибольшей точностью внутренняя «жизнь человеческого духа» в той или иной роли».

В подсознательном рождении «невольных движений», возникающих у актера, когда он подлинно увлечен сценическим действием, кроется заразительность, активно действующая на эмоции и чувства зрителей. Она делает зрителей как бы участниками спектакля. Заставить их зажить и заволноваться судьбами и чувствами сценических героев – основная задача актеров, играющих в спектакле. В этом главное значение пантомимических движений. В театральной практике и педагогике эти категории движений принято называть жестами.

## **ЛЕКЦИЯ 2.**

### **ВНИМАНИЕ, ПАМЯТЬ И КОНТРОЛЬ ЗА ДВИЖЕНИЯМИ**

#### **Внимание**

Режиссер должен верно и глубоко понимать содержание произведения, его идею, сверхзадачу, сквозное действие и все предлагаемые обстоятельства пьесы и роли. Лишь в результате такого понимания у него возникает правильное представление о действии, а значит, и о физическом поведении героя. Естественно, что весь этот сложный комплекс, выражающийся в едином психологическом процессе, невозможен без полноценного внимания.

Именно поэтому внимание оказывается одним из существенных признаков творческой одаренности актера. При этом, по замечанию К. С. Станиславского, внимание актера по своему профессиональному признаку должно быть многоплоскостным, т.е. распределенным. А так как всякий человек в каждый данный момент времени может быть подлинно внимательным только по отношению к одному объекту (поскольку человек действует как «одноканальная система информации»), то актер должен

обладать способностью мгновенного переключения внимания с одного объекта на другой.

Применительно к профессии режиссера и актера от внимания требуется такая степень совершенства, которая позволит создать необходимую скорость, легкость и непринужденность самого процесса переключения внимания. Этот процесс должен быть незаметен для самого актера. При таком качестве многоплоскостного внимания актер получает возможность непроизвольно, а в нужных случаях и произвольно, сосредоточиваться на том объекте, который в данный момент действия ему всего важнее, оставляя под контролем также и другие объекты. Так, оперный певец, контролируя одновременно четыре объекта, последовательно сосредоточивается то на одном, то на другом, а именно: на пении (когда надо взять трудную ноту), на дирижере (когда впереди сложный ритмический кусок), на общении с партнером, на перемещении в сценическом пространстве... Таким же многоплоскостным должно быть внимание актеров и всех других жанров.

Однако, будучи многоплоскостным, внимание актера должно быть в то же время и целенаправленным, для того чтобы исполнение сценической задачи – действия было увлеченным, ибо только через действие лежит путь к органике жизни на сцене и к появлению самого главного в творчестве актера – переживания. Это трудно, потому что на сцене артиста отвлекает от выполнения физических действий огромное количество факторов.

Один из сильных посторонних раздражителей – зрители. Есть только одна возможность забыть о зрителях, о своих заботах – надо перестать замечать все, что отвлекает, то есть сконцентрировать внимание на физических действиях. Качество внимания должно быть таким, чтобы оно увлекало актера на исполнение даже самого обычного бытового действия. Способность увлекаться выполнением физических действий, умение ощущать и контролировать их, руководить ими всегда позволяет отвлечься от всего постороннего, мешающего творческому процессу. Если актер будет подлинно внимателен к сценической задаче, он обязательно потеряет ощущение всего того, что не имеет отношения к сценической действительности. Так возникает возможность действовать в «малом круге внимания» – основе органичного существования в обстоятельствах роли.

Действия, выполняемые в «малом круге внимания», заставляют актера очень сильно сосредоточиться, что важно для последующего расширения этого круга, для осуществления более широких задач сценической жизни: верного отношения к партнеру, общения с ним, словесного действия и т. п. Действуя в «малом круге», актер сосредоточенно подбирает нужные мелкие действия. Такое исполнение мелких действий дает актеру возможность не только изменять их, но и активно руководить ими, для того чтобы физическое действие было правильным. Через процесс сознательного построения мелких действий, осуществляющих физические действия в репетициях, актер идет к подсознательному исполнению их в спектакле. Естественно, что целенаправленное внимание в этом случае – фактор

решающий, необходимый не только для выполнения drobных действий, но и движений, и умения эти движения корректировать. Однако обстоятельства действия требуют от актера еще и целенаправленного передвижения в сценическом пространстве. Так поневоле расширяется круг внимания. Действие в спектакле ограничено пространством сцены, актеру важно уметь оценивать особенности этого пространства применительно к поведению своего героя. Актер должен уметь находить свое место на сцене, уметь логически передвигаться в сценическом пространстве. Способность к быстрому и точному ориентированию, размещению и группированию в сценическом пространстве можно назвать «чувством мизансцены». Но чувство мизансцены – это не просто способность к размещению в сценическом пространстве, заполнению свободного места в нем, но (и это главное) свободное и непринужденное общение с партнером или коллективом. Это общение требует совершенно определенного места в сценическом пространстве, а поскольку партнеры взаимодействуют, то и этот процесс также требует целенаправленного внимания.

Станиславский мечтал о верном логическом размещении на сцене группы актеров – импровизационно и самостоятельно, но в полном соответствии с логикой действия. Естественно, что достижение подобной импровизационности в игре невозможно без внимания к себе, к пространству и к партнеру.

Внимание к партнерам должно давать самое главное в процессе общения – оценку всего того, что актер услышал и увидел. Если оценки (восприятия) нет, то не будет и органического действия, не будет верных движений, создающих физическое поведение в роли, а следовательно, не придут и переживания. Такова значимость внимания в творчестве актера.

### **Память**

В основе памяти актера лежит преднамеренное запоминание, а оно возможно при соответствующем волевом посыле, имеет целенаправленный характер. Исполнителю необходимо иметь хорошую и разностороннюю память. Все основные виды памяти – наглядно-образная, словесно-логическая, эмоциональная и двигательная необходимы актеру для заучивания, запоминания материала пьесы в зрительных, слуховых и осязательных представлениях. Исполнитель должен обладать способностью запоминания мыслей, выраженных словами, т.е. смысловой памятью.

Память исполнителя должна хранить ощущения тех эмоциональных состояний, которые были в прошлом. Наконец, память исполнителя должна сохранять мышечно-двигательные образы заученных движений. Двигательная память, имеющая решающее значение при трудовых процессах, связанных с движением, является необходимой и при запоминании физических действий в роли. Этот вид памяти создает у человека мышечно-двигательные представления о форме движений, т.е. об их направлении, размере, скорости, последовательности, ритме, характере и пр. признаках.

В искусстве театра представления эмоциональные окраски всех движений и эмоциональные жесты, возникшие в репетициях и закрепленные актером, позволяют ему безошибочно пользоваться этими окрасками и жестами при последующих исполнениях роли. В искусстве театра переживания функции памяти иные. Разносторонняя память актера этого театра создает только базу для рождения чувства на каждом спектакле. Эта база заключается в том, что актер должен возможно скорее превратить выполнение движений, осуществляющих физическое поведение в роли, в полуавтоматизм. Достигается это неоднократным повторением их в репетиционном процессе. Возникающая таким образом логическая схема физического поведения и представляет собою ту основу, на которой в соответствии с темпо-ритмом спектакля появляются те или иные чувства и эмоции. Чем быстрее актер запомнит схему поведения, тем быстрее он освободит свое внимание для органического действия в роли, а это, в свою очередь, будет способствовать быстрейшему появлению эмоций и чувств. Так, во время фехтовальной сцены невозможно играть отношение к партнеру и переживать бой, если в этот момент актер должен думать о технике приемов и их последовательности. Техника и последовательность приемов боя, т.е. схема физического действия, должны выполняться полумеханически.

Значение двигательной памяти в том, что она освобождает внимание актера в момент исполнения роли для основных и более значительных задач творчества. К. С. Станиславский так характеризовал высвобождающую роль двигательной памяти: «Теперь подумайте, какое количество забот взваливается на артиста в момент его сценического творчества и публичного выступления... все время думать обо всех душевных элементах самочувствия: о внимании, воображении, о чувстве правды и веры... одновременно с этим он должен следить за своим телом... А сколько внимания берет регулирование дыхания... А произнесение словесного текста, который требует дословной передачи, и т. д. Сложите вместе все эти заботы артиста, и вы поймете, что ему необходимо разгружать внимание, чтобы оно поглощалось не мелкими делами и могло быть целиком отдано главной мысли произведения, основной цели творчества и создания спектакля. Что было бы, если бы им пришлось думать во время публичного выступления о каждом движении мускула и производить их сознательно?».

Освободить исполнителя для творческой деятельности на сцене может только отличная память всех видов, и, в частности, двигательная. Физическое поведение в роли следует превращать в полуавтоматизм, как только появится полная уверенность в том, что найденная схема поведения — правильна. Эту схему надо закрепить настолько, чтобы она стала как бы второй натурой актера, которая заставляет его верно действовать в роли.

Известно, что в репетиционном периоде и при исполнении роли схема действия обрастает различными многочисленными деталями и всегда новыми эмоциями, и чувствами. С этого момента проявляется своеобразное

взаимодействие внимания и памяти, а именно: поскольку невозможно все время думать о деталях физического поведения, К. С. Станиславский рекомендует: «Не лучше ли приучить самое внимание подсознательно автоматически постоянно производить проверку...» (правильного исполнения схемы поведения. – И. К.). Внимание и память актера должны самопроизвольно наблюдать и отмечать ошибки, как только тело выполнит неверные, с точки зрения логики, движения.

Превращение движений в органическую необходимость сценического действия возможно только с того момента, когда созданная цепь drobных действий стала полуавтоматизмом, сопутствующим исполнению данной роли, стала ее необходимостью. В этом значимость двигательной памяти в профессии актера.

### **Контроль**

Автоматизированное исполнение движений, осуществляющих физическое поведение, требует постоянного контроля за их правильностью. Автоматическая привычка (подсознательное проявление внимания и памяти) должна не только непрерывно контролировать, но и направлять выполняемые движения. Контроль над тем, что совершается на сцене, позволяет режиссеру и актеру понимать происходящее и реагировать на него, верно направляя осознанные (произвольные) действия; он помогает рождению новых, живых, произвольных поступков, совершаемых организмом исполнителя, и это позволяет творить сценическую жизнь каждый раз как бы заново.

Подготовленность внимания и памяти исполнителя можно считать достаточной лишь тогда, когда деятельность подсознательного «контролера» сольется с процессом физических действий, когда «контролер» начнет предупреждать от ошибок при выполнении всех движений, составляющих физическое поведение исполнителя в роли.

## **ЛЕКЦИЯ 3. СИЛА И СКОРОСТЬ**

Движения тела выполняются благодаря сокращению мышц. В бытовой деятельности людям сравнительно редко приходится выполнять физические действия, требующие очень большой физической силы. Исполнитель в спектаклях делает в основном движения, типичные для бытовых действий, поэтому ему нужна обычная, нормальная сила, которой обладают люди с полноценным здоровьем. Для мужчин нормальной силой принято считать такую, которая позволяет им поднять и пронести вес, равный весу собственного тела, т.е. примерно в 60-70 килограммов. Для женщин это примерно половина такого веса.

В спектаклях нет действий, требующих приложения большой силы. На сцене тяжелые предметы заменяются бутафорскими, небольшого веса. Когда

на сцене актер несет «тяжелую» вещь, то впечатление, что он применяет большую силу, достигается с помощью специальной техники, в основе которой лежит не столько сила, сколько ловкость.

Исполнитель, не обладающий нормальной силой, на сцене часто не справляется с поставленными перед ним физическими задачами. Когда нет нормальной силы, невозможно быть на сцене достаточно физически активным – и не только в специальном трюковом куске, но и в роли вообще, несмотря на активное внутреннее действие. Волевому посылу не на что опереться, потому что слабый физический аппарат не позволяет совершить желаемое.

Как правило, подобный недостаток типичен для молодых исполнителей высокого роста со слабо развитой мускулатурой. Им явно не хватает нормальной силы, так как длинные конечности (большие рычаги) требуют больших усилий, особенно в скоростных действиях. Слабосильный актер на сцене часто выглядит несобранным и даже расхлябанным.

Нормальная сила должна позволить исполнителю выполнить самые разнообразные бытовые действия и сценические трюки. К ним относятся приемы борьбы без оружия и фехтование, танцы и переноски тела партнера, различные прыжки, необходимость быстро перемещаться из одного места в другое и пр. Такой трюк, как подъем тела с земли и переноска его, может быть убедительно сыгран, если у исполнителя хватит на это силы. Эти приемы обязательно потребуют применения больших усилий. Однако при излишнем развитии мышц исполнитель не может исполнять небольшие, точные и тонкие движения, необходимые для передачи различных нюансов человеческих чувств.

Известно, что чем толще мышца, тем больше ее естественное напряжение. Для исполнения небольших и тонких движений нужна мелкая мускулатура; большие мышцы в этом случае являются своеобразным балластом. Человек с чересчур развитой мускулатурой действует, главным образом, грузно и медлительно, а когда начинает торопиться, то выглядит неуклюже. Эти признаки произвольно создают на сцене отрицательные пластические характеристики.

Группа движений легких, округлых, бесшумных и как результат этого изящных и грациозных мало доступна для людей с гипертрофированной мускулатурой, и исключение в этом плане — большая редкость. Человеку с большой мускулатурой трудно выполнять движение одной кистью, пальцем, поворотом шеи. Эти недостатки ограничивают физические выразительные средства актера. Наконец, излишне развитая мускулатура мешает не только эстетичности движений, но и портит внешний вид актера. Следует учитывать, вместе с тем, что сила, связанная с развитием нормальной и рельефной мускулатуры, способствует появлению у актера возможности быть «скульптурным» в поведении на сцене.

### **Скорость**

Скорость определяется тем отрезком времени, за который было выполнено движение или действие. Скорость движения людей разнообразна. Она зависит от различных обстоятельств и условий. Например, человек в рыцарских доспехах в бытовых обстоятельствах передвигался медленно, но в бою он действовал с предельной скоростью. Человек в костюме XVI столетия обычно передвигался относительно быстро, но, танцуя ритуальный, торжественный танец «Паванну», должен был делать танцевальные па очень медленно.

По логике жизни одни действия располагают большим диапазоном скоростей, другие – меньшим. Например, бежать можно быстро и медленно, то есть можно регулировать скорость бега, но прыгать можно только в скорости, соответствующей длине и высоте прыжка.

В быту люди действуют в относительно средних скоростях, но эти скорости все же неоднородны, они меняются в зависимости от обстоятельств. В скорости, т.е. в темпе жизни отражаются национальные признаки, историческая эпоха, социальная принадлежность и личные особенности, т.е. свойства организма человека, главным образом его нервной системы.

Попадая в страну, город, местность с более высоким или заниженным темпом жизни, люди постепенно к нему привыкают и подчиняются ему, причем под влиянием этой среды постепенно меняются свойства их организма. Так возникают новые стойкие особенности их нервной системы. Естественно, что различные события и другие причины, чем-либо важные для людей, изменяют темп их поведения.

Темп жизни общества в наше время значительно выше, чем в более ранние периоды истории. Когда в быту говорят о скором движении, то подразумевают, что человек что-то быстро сделал. Такое понимание скорости в дальнейшем будет называться быстротой, а медлительное исполнение движений – медлительностью. Актеру на сцене приходится, в зависимости от обстоятельств, действовать в самых различных скоростях физического поведения. Однако на сцене могут быть иногда предельно медлительные движения, но не бывает движений предельно быстрых. Исполнителю, нашему современнику, легче выполнять движения в скорости, присущей современной жизни. Темпы излишне ускоренные или замедленные для него необычны и потому неудобны.

Но дело не только в исполнителе. Темпы сценического действия должны отразить: а) темпы сценической действительности; б) свойства образа; в) своеобразный замысел режиссера, лежащий в основе нового решения спектакля или праздника.

#### **ЛЕКЦИЯ 4. ТЕМПО-РИТМ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ**

Ритм внутренней жизни человека обуславливает интенсивность внешних действий. Интенсивность психической и физической жизни в

искусстве театра принято называть темпо-ритмом. Понятие темпо-ритма введено К. С. Станиславским. Он выдвинул этот термин как понятие, в первую очередь, определяющее напряженность (энергию) внутренней, психической, эмоциональной жизни исполнителя в роли. «У каждой человеческой страсти, состояния, пере-рванья свой темпо-ритм. Каждый характерный внутренний или грешный образ... имеет свой темпо-ритм. Словом, каждую минуту существования внутри нас и вне нас живет тот или иной темпо-ритм». Во всем многообразии проблем драматического искусства учение о темпо-ритме едва ли не самое сложное.

Поскольку основным назначением теоретических рассуждений по вопросам пластической культуры исполнителя является выяснение закономерностей, определяющих органику физических действий актера на сцене, необходимо, в первую очередь, проанализировать понятия «ритм», «темп», «темпо-ритм», а затем нужно определить, при каких профессиональных данных актера возможно правильное взаимодействие между ритмом и темпом в сценическом движении. Этот анализ помогает раскрыть сущность и значимость явлений темпо-ритма применительно к движению на сцене, а также определит задачи педагогического процесса.

Как показал К. С. Станиславский, органика физического поведения актера в роли зависит от правильного темпо-ритма внутренней жизни актера, диктующего верный темпо-ритм внешнего поведения. Правильный темпо-ритм физического действия важен потому, что он создает правильное самочувствие у актера, и поэтому ему верит зритель.

Для облегчения анализа понятий «ритм физического действия», «темп физического действия», «темпо-ритм физического действия» автор предлагает разбор этих понятий на примере простого трудового процесса, сознательно отбросив его зависимость от внутреннего темпо-ритма. Это упрощение позволит легче понять внешние признаки темпо-ритма физического действия.

Если отвлечься от воздействия внутреннего темпо-ритма жизни на внешний, то этот последний будет определяться только физическими признаками выполняемых движений, а именно: размером, скоростью, характером и мышечным усилием. Это дает возможность яснее понять взаимосвязь и взаимодействие между перечисленными физическими признаками, а затем и их роль в определении темпо-ритма физического действия.

Если отбросить воздействие внутреннего темпо-ритма на внешний, то ритм движений человека представляется как организация движений во времени и пространстве. Зависимость движений от времени и пространства можно легко понять на следующем примере.

Рабочему предложено засыпать яму песком. Расстояние от ямы до кучи песка полтора метра. Взмах и втыкание лопаты в песок, поднимание лопаты с песком, небольшой замах перед броском и, наконец, бросок песка в яму – вот логическая цепь дробных действий, или «рабочий цикл». Каждое звено этого

цикла требует определенного по величине движения (это фактор пространственный), а кроме того, исполнение каждого звена требует определенного времени (это фактор временной). Отрезки времени, затрачиваемые на каждое дробное действие (звено), различны по величине; они зависят от задачи, которую выполняет каждое из действий. Так, взмах и втыкание лопаты в песок требует небольшого времени, поднятие лопаты и замах значительно большего, а бросок — действие скоростное — на него времени тратится меньше всего. Взаимосвязь между размерами движений и количеством времени, уходящим на их исполнение, есть ритм этого рабочего цикла; его можно изобразить нотными знаками. Но этот цикл может быть выполнен за различное время. Например, его можно сделать и за 5 и за 10 секунд, а если торопиться, то и за 3. От времени, затрачиваемого на выполнение каждого цикла, будет зависеть общая скорость, т.е. темп этой работы.

Логическая цепь дробных действий (цикл), посредством которой выполняется указанная работа, может быть названа схемой трудового процесса или схемой физического действия. В схеме никогда не меняется последовательность дробных действий, но в зависимости от обстоятельств жизни, влияющих на внутренний темпо-ритм работающего, могут (как уже показано) несколько меняться как размеры движений (амплитуды), так и время (темп), затрачиваемое на их исполнение.

Предположим, что рабочий легко выполняет задание в течение 30 минут, ну а при необходимости он сможет выполнить его за 25 и даже за 20 минут. В этом случае будет увеличена скорость (темп), с которой исполняются движения.

Таким образом, скорость, с которой исполняется каждое движение и каждое физическое действие, т.е. темп, также является постоянно действующим фактором движения. Так, в каждом физическом действии оказываются логически связанными его ритм и темп выполнения. Эту логическую взаимосвязь К. С. Станиславский и называл термином темпо-ритм. Если в простом действии точно регламентировать пространство и время, то темп движений почти всегда будет им соответствовать. Например, человеку надо пройти, двигаясь равномерно, за 10 минут полкилометра. Скорость ходьбы будет явно небольшой. Но если надо будет пройти за то же время один километр, то средняя скорость возрастет в два раза. На изменение скорости в этом примере повлияла длина пути, т.е. установленное пространство.

Увеличение скорости в выполнении действия обязательно потребует увеличения мышечных усилий. В приведенном выше примере увеличение скорости ходьбы зависит от увеличения частоты шагов и их амплитуды. Понятно, что оба эти обстоятельства потребуют увеличения мышечной силы. Так в понятие темпо-ритм действия входит еще один признак движения — мышечное усилие, с которым это действие выполняется. Возникает логическая связь между установленным временем и ограниченным

пространством, в котором исполняется действие, со скоростями, амплитудами и мышечными усилиями в тех движениях, которыми это действие осуществляется.

От темпа зависят размеры движений и степень мышечных усилий, кроме тех случаев, когда размеры движений или затрачиваемая сила являются главными условиями в логике поведения человека. (Например, надо вдеть нитку в иголку или вынуть соринку из глаза). В этих случаях движения человека всегда очень малы по размеру, и он выполняет их с минимальными мышечными усилиями. Усилие и скорость в этом примере подчинены только размерам движений. Во втором случае надо быть очень осторожным, и потому размер движений станет еще меньше. А если надо проткнуть толстую кожу шилом, то это движение будет сильным, но малым по размеру и не быстрым. Скорость при выполнении этого действия никакой роли не играет.

Характеризуя понятие темп применительно к движению человека, его нельзя рассматривать только как скорость. Темп несет в себе еще и определенный характер движений. Он может быть плавным, скачкообразным, убыстряющимся и замедляющимся, прерывистым или непрерывным и т. п. Темпы движений человека крайне разнообразны и очень сложны. Это обстоятельство важнейшее.

Среди признаков движений темп является признаком ведущим, так как именно темп действия чаще всего характеризует состояние психики человека. Все наши действия и поступки осуществляются в определенном темпе. Скорость почти всегда передает и внутреннее состояние людей: на похоронах идут медленно, зато никто и никогда не видел медленной драки. Именно потому, что внешнее проявление темпа подчинено логике жизни и выражает эмоции человека, скорость на сцене является основным средством выразительности.

Кроме того, исполнителю необходимо находить и передавать в темпах движений исторические, национальные и социальные признаки своего героя. Наконец, выполнение верного и соответствующего действию темпа возбуждает в актере ранее пережитое в этом сценическом куске эмоциональное состояние, т.е. помогает возникновению у него нужного самочувствия. Таково значение верного темпа в физическом действии.

Ритм любого физического действия не может существовать, как уже показано, без определенного темпа, но и темп тоже не может существовать сам по себе, вне действия или движения, т.е. вне ритма. Это понятия и признаки взаимосвязанные и взаимодействующие.

Темпо-ритм простейшего физического действия можно представить себе как исполнение определенных движений, осуществляющих заданное действие в ограниченном пространстве с установленной скоростью и в определенном времени. Однако в темпо-ритмах физического поведения людей не только возникают разные скорости, разные амплитуды и

мышечные напряжения, но темпо-ритм обязательно выражает степень активности психики человека.

Одна из специфических особенностей творчества актера состоит в том, что он должен не просто прожить жизнь своего героя, но прожить в ней самое главное и за очень ограниченный отрезок времени. Пульс этой жизни по сравнению с обычными условиями бьется быстрее, напряженнее, и потому исполнителю необходимо владеть очень высоким уровнем ритмичности. Каждая сценическая задача появляется в сознании актера как представление об определенном темпо-ритме действия и требует от него верного воспроизводства этого или противодействующего темпо-ритма в поведении на сцене.

Действие каждого из исполнителей в верном темпо-ритме сценической жизни – залог правильного общения и создания сценического ансамбля. Неверный темпо-ритм партнера выбивает исполнителя из нужного сценического состояния, а это приводит к нарушению сценической правды, и зритель уже не верит во все происходящее на площадке.

Способность улавливать темпо-ритм сценической жизни и правильно на него реагировать зависит от ритмичности актеров. Ритмичностью в этом плане называется способность воспринимать различные ритмы и воспроизводить их движениями своего тела. Ритмичность обеспечивает возможность действовать в правильных темпо-ритмах физических действий. Процесс восприятия ритмов создает у актера определенные представления о них, а их воспроизведение зависит от гибкости и подвижности, совершенной координации и быстроты реакции.

### 3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### Тематика, задания и методические рекомендации по выполнению практических занятий

**Тема 1.** Основы сценического движения. Упражнения на развитие баланса

Исходное положение: левая нога поднята и согнута в колене. Баланс на правой ноге. Руки в натуральном положении. Выполняем наклоны корпусом вправо-влево, вперёд-назад, затем круговые движения торсом. Возвращаемся к исходному, прыжком меняем опорную ногу на левую, правая согнута в колене. Повторяем алгоритм.

Исходное положение: стоя на одной пятке, в руке – воображаемый веер. Делаем им легкие движения, сохраняя баланс и устойчивость. Если это даётся без труда – меняем опорную ногу, продолжаем обмахивать себя веером, а второй рукой делаем движения, приглашая воображаемого партнёра подойти поближе.

Исходное положение: стоя на одной ноге. Правой рукой зовём, левой рукой прогоняем, поднятой ногой отталкиваем. Все три движения выполняются одновременно. Прыжком меняем опорную ногу. Теперь нога зовёт, одна рука прогоняет, другая угрожает.

Исходная позиция: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, руки в стороны, пальцы собраны в мягкий кулак. Начинаем вращать руками от локтей. Переносим вес тела сначала правую ногу, поднимая левую ногу пока бедро не будет в положении параллельно полу. Вращаем левой ногой от колена, стопа расслаблена. Плавно меняем опорную ногу, движения совершаем в другую сторону. При смене позиции движение руками не прекращается. Задача: удерживать баланс. Амплитуда движений – максимальная, скорость чередуется от низкой до высокой.

#### *Упражнения на развитие координации*

Исходное положение: стоя на одной ноге. Правой рукой зовем, левой рукой прогоняем, поднятой ногой отталкиваем. Все три движения выполняются одновременно. Прыжком меняем опорную ногу. Теперь нога зовёт, одна рука прогоняет, другая угрожает.

Исходная позиция: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, руки в стороны, пальцы собраны в мягкий кулак. Начинаем вращать руками от локтей. Переносим вес тела сначала правую ногу, поднимая левую ногу пока бедро не будет в положении параллельно полу. Вращаем левой ногой от колена, стопа расслаблена. Плавно меняем опорную ногу, движения совершаем в другую сторону. При смене позиции движение руками не

прекращается. Задача: удерживать баланс. Амплитуда движений – максимальная, скорость чередуется от низкой до высокой.

### ***Упражнение на развитие напряжения***

Напряжение – физическое и психическое проявление чувства воли. Говоря понятным языком, контроль над напряжением позволяет актеру правильно выполнять движения – не механически, но и не подчеркнуто гиперболизировано или небрежно.

Представляем огромный камень. Пытаемся его сдвинуть, упираясь в него руками и ногой, на другой ноге держим баланс. Меняем ногу. Продолжаем двигать, упираясь в камень левым плечом и правой рукой. Воссоздаём другие возможные варианты перемещения. Задача: держим баланс на одной ноге, постепенно увеличиваем напряжение.

Стоим на одной ноге так долго, сколько сможем. Обычно продлить это время помогает сосредоточение на воображаемом объекте. Можно, к примеру, мысленно пройти ежедневный путь из дома на работу или в магазин. От чрезмерной нагрузки мышцы через какое-то время расслабятся, и мышечное напряжение после возвращения в нормальное состояние пройдёт.

Также рекомендованные упражнения:

- простые шаги;
- переменный ход простой вперёд;
- переменный ход простой назад;
- ходы с остановкой на втором шаге (вперед, назад);
- ходы с остановкой на третьем шага (вперёд, назад);
- ход высоко поднимая колени вперёд;
- ход на полупальцах;
- пропадания (направо, влево);
- боковая гармошка;
- повороты вокруг себя на полупальцах;
- повороты вокруг себя «приподание»;
- галоп (направо, влево);
- тройные соскоки (направо, влево);
- поворот вокруг себя тройными соскоками;
- шаг на прямую ногу с подпрыгом (чешская полька);
- поворот с подниманием колена по диагонали (направо, влево);
- «Пордебра» (перегиб корпуса около станка);
- растяжка ног (около станка);

Тема 2. Основные понятия классического танца

Рекомендованный перечень упражнений:

- demi Plie по I,II,III,V позициях;
- battement tendu по I,II,V позициях;
- battement tendu jete по I,V позициях;

- rond de jambe par terre en dehors et en dedans;
- battement releve lent;
- battement fondu;
- battement develop;
- grand battement jete;
- releve;
- demi Plie;
- battement tendu;
- releve lent;
- port de bras;
- saute, echappe.

## **Тема 2.** Комплекс общеразвивающих и корректирующих упражнений

Упражнения в беге, ходьбе, подскоках, активизирующие внимание студентов, поднимающие эмоциональный и физиологический тонус, подготавливающие мускулатуру, сердечно-сосудистую и дыхательную систему.

Использование в занятиях упражнений: простая ходьба, бег, ходьба на носках, ходьба с высоко поднятыми коленями, передвижения подскоками, бег, ходьба с последующей остановкой, чтением, таблица умножения, а позднее стихотворного текста в форме логической речи.

## **Тема 3.** Основы ритмики. Овладение психотехническим тренингом

Овладение упражнениями, развивающими и совершенствующими способность тела к ритмичности и музыкальности в движениях. Психотехнический тренинг – это упражнения на понимание ритмичности, координации, внимания, скорости, темпа – ритма физических действий.

## **Тема 4.** Сценическое движение в театрализованном представлении

В основе любого театрализованного представления лежит принцип единства формы и содержания. Форма служит конкретизацией содержания, содержание вызывает к существованию форму. Чтобы точно создать форму театрализованного представления, необходимы знания, лежащие в основе техники сценического движения. В лекционном курсе этого периода раскрывается значение сценического движения в театрализованном представлении, предлагается содержание определений и требования, предъявляемые к правильной настройке «тела», законы общих и частных сценических двигательных навыков.

## **Тема 5.** Работа с предметом – пластическое решение

Приспособления и отношения к тому или иному предмету. Фантазия и воображение во взаимодействии с предметом. Сценическая вера в предлагаемые обстоятельства. Свобода в физическом действии.

Взаимодействие с мячом, тростью, гимнастической палкой, со стулом, столом, с плащом, с предметом по выбору студента. Заключительный этап работы: на основе полученных знаний студенты сочиняют пластический этюд с предметом.

### **Тема 6. Сценические падения**

Биомеханические принципы различных схем сценических падений. Подготовительные упражнения: к падению на бок, к падению вперед через голову, к падению «скручиваясь», к падению вперед, к падению назад. Падения: «с выпада, скручиваясь на бок», «вперед согнувшись», «назад на спину», «вперед через голову», «вперед с прямым туловищем». Парное упражнение с падением. Вышеназванные падения с приземлением на мягкую поверхность (гимнастический мат, ковер), на твердую поверхность (дерево, бетон), на разноуровневую поверхность (лестница).

### **Тема 7. Жонглирование однородными и разнородными предметами**

Техника жонглирования двумя и тремя мячами:

- бросание и ловля одного мяча;
- упражнение с двумя мячами;
- перебрасывание двух мячей из руки в руку;
- бросание двух мячей каскадом;
- бросание двух мячей одной рукой;
- перебрасывание трех мячей из руки в руку.

Упражнения под музыку различного характера и темпа.

Жонглирование, соотнесение движений с музыкой и произнесение логического текста.

Упражнения с разнородными предметами.

### **Тема 8. Сценические прыжки: свободные и опорные**

Свободный прыжок с приземлением на одну ногу. Свободный прыжок с приземлением на обе ноги. Прыжок опорный с приземлением на обе ноги и падением на бок. Прыжок с наступлением ногой на препятствие с последующим движением вперед. Прыжок с наступлением ногой на препятствие с приземлением на обе ноги. Опорный прыжок с наступлением на препятствие рукой и ногой. Прыжок через препятствие свободный с падением на бок.

### **Тема 9. Сценическая акробатика: этюды**

Навык распределения тела в заданное время и в заданном пространстве. Навык физического восприятия темпоритма действия. В парных упражнениях навык взаимодействия с партнером. Практические занятия: техника кувырка, вперед, назад, с партнером. Колесо. Стойка на руках с выходом на кувырок и т.п. Композиции и вариации.

## **Тема 10. Сценические поддержки**

Поддержки, седьмы (на плечах, на стопах и т.д.), стоки (руки, плечи, голова), входы, эксцентрика. Парные упражнения: «весы», «тяги-толкай», «коробейник», «луноход». Поддержки, седьмы (на плечах, на стопах и т.д.), стоки (руки, плечи, голова), входы, эксцентрика. Парные упражнения: «весы», «тяги-толкай», «коробейник», «луноход».

## **Тема 10. Художественные движения**

Изучение основных элементов классического, народного, историка-бытового, эстрадного, современного танцев для создания убедительного сценического образа.

## **Тема 11. Сценический бой**

### **Упражнение 1. «Сценическая пощечина».**

Первое подготовительное упражнение. Построение – в одну или две шеренги, в одном направлении. Техника исполнения. По команде «замах» все поднимают примерно на уровне лица воображаемого партнера согнутую в локте правую руку ладонью вперед и отводят ее назад. По команде «бей» они бьют по щеке воображаемого партнера с таким расчетом, чтобы локоть остановился прямо перед туловищем, предплечье было вертикально, а ладонь остановилась там, где могла быть левая щека партнера. Повторить несколько раз.

Второе подготовительное упражнение. Поставить правую руку в положение замаха и выполнять предплечьем частые колебательные движения так, чтобы кисть свободно и быстро качалась в переднем-заднем направлении. Теперь следует рассказать, что при ударе кисть правой руки должна свободно качнуться вперед, а затем назад. По команде «замах» и «бей» выполнить сочетание первого и второго подготовительных упражнений. Умение остановить руку в том месте, где предполагается лицо партнера, — основа в технике безопасности этого трюка.

Третье подготовительное упражнение. Это упражнение обучает, как воспринимать пощечину. Исходное положение: свободная стойка, ноги на ширине плеч. Левую руку надо поставить около левого бока на уровне живота, ладонью вверх, а правая – должна быть готова выполнить хлопок. По команде «бей» все ударяют правой рукой по ладони левой и сразу же хватаются правой рукой за левую щеку, т.е. за то место, куда был нанесен сценический удар. Звук хлопка должен совпадать с моментом, когда партнер «бьет» по щеке. Когда этот прием освоен, надо предложить в момент хлопка откидывать голову назад вправо, как это бывает при настоящей пощечине по левой щеке; затем одновременно с этим движением кричать «ай!»; и в заключение следует добавить небольшое движение вперед с репликой «За что?» При этом вопросе правая рука еще продолжает держаться за левую щеку.

Основное упражнение. Построение группы – в две шеренги друг против друга, на расстоянии в 3-4 м. Преподаватель объясняет, что группа, стоящая к нему спиной, в этом и в последующих упражнениях приемов борьбы будет называться «Моя», а стоящие напротив – «Противник». По команде «Моя – замах!» ученики в этой шеренге замахиваются правой рукой, а во второй – готовятся отыграть пощечину. Они внимательно наблюдают за партнером, который собирается ударить. По внезапной команде «бей» ученики одной шеренги дают «пощечину», а другой – изображают тех, кто получил ее, закапчивая вопросом: «За что?» В таком виде упражнение повторяется несколько раз. Затем учащиеся меняются ролями. После освоения этой техника расстояние между шеренгами, сокращается до 70-100 см. Это боевая дистанция.

Методические указания. Часто обучающиеся, отыгрывающей пощечину, плохо воспроизводят звук удара, не отклоняют голову в нужном направлении или отклоняют с опозданием, забывают, что нужно вскрикнуть «ай» и в конце спросить «За что?» Эти недостатки являются результатом того, что техника еще не освоена.

Тренаж следует вести, сменяя партнеров: правофланговый одной шеренги уходит на левый фланг, а вся его шеренга передвигается к следующему партнеру вправо – и так до тех пор, пока не произойдет полный обмен партнерами.

Заключительное упражнение (этюд). В этом варианте должны быть следующие реплики. Один партнер спрашивает другого: «Ты украл?» Тот угрожающе говорит: «Что?» – и, возмущенный, дает пощечину; получивший пощечину, спрашивая «За что бьешь?», отнимает свою правую руку от левой щеки, прикрывается левой рукой, а правой дает ответную пощечину. Противники, держась за щеку, смотрят друг на друга.

Методические указания. Это упражнение не может выполняться по команде преподавателя. Указав, какая шеренга должна начать этюд, преподаватель говорит: «Приготовились – начали». Далее каждая пара исполняет этюд в темпо-ритме, который ей свойствен. После нескольких повторений занимающиеся меняются ролями. В конце ученики играют этот этюд только парами – остальные превращаются в зрителей. Приведенные реплики не обязательны, могут быть и другие. Если среди учеников есть левша, то он бьет левой рукой, а его партнер отыгрывает пощечину по правой щеке. Очень важно обязательно замахнуться, потому что только замах вводит зрителя в содержание действия; кроме того, благодаря этому и получающий пощечину актер легко входит в темпо-ритм трюка – а противном случае он непременно опоздает. Упражнения всей этой темы выполняются без музыки.

## **Упражнение 2. «Изучение техники боевой стойки»**

Человек, собирающийся драться, почти всегда принимает такое положение, чтобы удобно было бить и защищаться от ударов. Наиболее типична боевая стойка боксера. Ее надо освоить. Построение – стайкой.

Техника исполнения. По команде «к бою» занимающиеся должны выставить вперед на один шаг левую ногу носком внутрь вправо и чуть согнуть колено. Правая нога при этом поднимается на носок, колено тоже несколько сгибается. Туловище и голова чуть наклонены вперед. Важно, чтобы вес тела был на левой ноге. Левая рука несколько вытянута вперед, кисть сжата в кулак, кулак на уровне лица в положении, промежуточном между вертикальным и горизонтальным. Правая рука, тоже сжатая в кулак, согнута в локте, ее предплечье прикрывает низ груди, она почти прижата к туловищу. Несмотря на то, что кулаки сжаты, обе руки должны быть в состоянии мгновенно защититься. Быть готовым к действию – характерно для дерущегося человека, особенно если он обучался боксу. По команде «вольно» ученики принимают положение свободной стойки.

### **Упражнение 3. «Передвижения в боевой стойке»**

В боевой стойке выполняются различные шаги. По команде «шаг вперед» ученики делают небольшой шаг вперед левой ногой, а правую подставляют к ней так, чтобы оказаться в положении «к бок». Эти движения должны быть короткими и быстрыми. По команде «шаг назад» надо быстро передвинуть правую ногу немного назад, а затем подставить к ней левую в положение «к бою». По команде «шаг вправо» надо сделать правой ногой небольшой шаг вправо, левую подставить в положение «к бою». По команде «шаг влево» сделать то же влево.

Методические указания. Когда разучена техника шагов, надо командовать передвижения по разным направлениям – это хорошо тренирует координацию, ориентацию в пространстве.

### **Упражнение 4. «Прямой удар левой рукой»**

Это наиболее безопасный на сцене удар. От него легко защититься, уклониться, его легко «получить».

Техника исполнения. Стоя в положении «к бою», по команде «левой прямым бей!» занимающиеся должны резким движением разогнуть до отказа свою левую руку, так, чтобы кулак был направлен в лицо воображаемого партнера. По команде «закройсь» надо поставить левую руку в положение «к бою». Прodelать несколько раз. На сцене одновременно с этим ударом надо шагнуть вперед, а закрываясь – шагнуть назад. Это движение выразительнее, чем действие одной рукой.

Методические указания. Учащиеся по команде должны выполнять удары, переходить в стойку. Важно, чтобы левая рука действовала только по направлению вперед – но не сверху вниз. От того, насколько четко нанесен удар, будет зависеть безопасность последующего действия.

### **Упражнение 5. «Прямой удар правой рукой»**

Этот удар применяется как заключительный после удара левой. У него большой замах, физически он мощнее и потому производит большее впечатление. Техника исполнения. В момент, когда левая рука наносит прямой удар, правая отодвигается назад в положение замаха. По команде «правой бей» надо нанести прямой удар правой рукой точно в лицо партнера,

при этом левая оттягивается назад в положение замаха. Одновременно с ударом правой рукой правая нога должна несколько передвинуться вперед. Это большое по амплитуде движение выразительно передает смысл случившегося. По команде «вперед закройсь» или «назад закройсь» занимающиеся принимают положение боевой стойки с соответствующим движением левой ноги вперед или назад.

Методические указания. Сочетая прямые удары с шагами вперед, назад и в стороны, можно совершенствовать координацию и скорость реакции на технике нужных актерам сценических навыков. Когда освоена техника прямых ударов, на этом же уроке следует изучить технику защиты от них.

#### **Упражнение 6. «Защита блоком от прямого удара»**

Техника исполнения. Из положения боевой стойки по команде «блок» занимающиеся, приподнимая кисти, ставят раскрытые ладони перед лицом, накладывая одну руку на другую. Обе руки должны быть очень напряжены, т. к. должны сдерживать прямой удар, если актер по неопытности нанесет его по-настоящему. Когда складывают руки, тыльная часть одной бьет по ладони другой, и это озвучивает действие прямого удара. Сила прямого сценического удара должна быть ничтожна, однако по точности направления и интенсивности движения он должен создавать нужное впечатление. Одновременно с движением блока делают шаги назад. Для того, чтобы партнер мог ударить во второй раз, защищающийся должен создать для этого логически верные условия – после первого блока чуть опустить руки. В момент второго удара блок ставится вторично.

Методические указания. Тренировать защиту следует не меньше ударов: ведь безопасность сценического боя зависит от того, и от другого.

#### **Упражнение 7. «Удары сбоку»**

В сценических драках применяются и удары сбоку. Чаще всего они являются логическим продолжением после прямого удара, но могут применяться и отдельно, например, когда надо первым ударом «уложить» противника.

Первое подготовительное упражнение. Исходное положение – руки на пояс, стопы параллельны и на ширине плеч. Техника исполнения. По команде «вперед правой» учащиеся делают небольшой шаг вперед вправо. По аналогичной команде делают такой же шаг левой – и так несколько раз подряд. То же самое надо делать в движениях назад.

Методические указания. Необходимо, чтобы ноги сохраняли положение боевой стойки, чтобы вместе с ногами поворачивалось и туловище.

Второе подготовительное упражнение. Исходное положение — ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, так, чтобы правая была около правого бока, левая – около левого. Предплечья не следует прижимать к бокам. Кулаки находятся на уровне живота. Техника исполнения. По команде «для удара правой – замах!» учащиеся поворачивают туловище вправо. По команде «бей» учащиеся быстрым движением поворачиваются влево, ноги

остаются на месте. Правая рука при повороте влево двигается наклонно снизу вверх, нанося удар по левой стороне челюсти воображаемого партнера; теперь тело приняло исходное положение, чтобы можно было нанести такой же удар левой рукой по правой стороне челюсти партнера.

Методические указания. Надо добиваться, чтобы удар наносился всем туловищем. Необходимо научиться останавливать кулак непосредственно перед челюстью противника – гасить инерцию. Только тогда эти удары будут безопасны.

Основное упражнение. Построение – стойкой. Исходное положение – боевая стойка. Техника исполнения. По команде «замах для удара правой» ученики, поворачивая туловище вправо, отводят руку для замаха; по команде «бей» исполняют удар, поворачиваясь туловищем влево и одновременно продвигая правую ногу вперед (первое подготовительное упражнение). Затем по команде «левой – бей» то же выполняется левой рукой. Сделать подряд 4-6 ударов.

### **Упражнение 8. «Композиция драки»**

В драке участвуют девушка и юноша. Надо рассказать, что она окончила школу разведчиков и владеет приемами рукопашной борьбы. Поводом к драке послужило оскорбление, которое он нанес ей, чтобы вызвать конфликт. Установка снаряда. На середине зала должна быть площадка, составленная не менее чем из четырех матов. Учить композицию и тренироваться на ней можно только по одной паре. Схема композиции. Она стоит спиной к мату, он напротив. Он говорит: «Ты воровка?» Она: «Что?» и дает ему пощечину. Он: «Ах, так?» и хватает ее за горло. Она подхватывает его подмышки и бросает через себя, вскакивает, поворачиваясь к нему, готовая драться дальше. Он на секунду задерживается и, вскакивая, достает из-за пояса нож, приближается к ней и бьет ножом сверху в грудь. Она ловит его руку в «вилку», ставит подножку и бросает его на мат. При падении он теряет нож; медленно поднимается, а затем довольно быстро вновь хватается за горло. Она сбивает его руки с горла, опускается на левое колено и бросает его вперед через голову. Она подходит к нему со стороны головы с тем, чтобы обыскать карманы на его гимнастерке. В этот момент он бьет ее снизу кулаком в лицо. Она падает назад на спину. Он медленно встает, приближается к ней со стороны ног, наклоняется, чтобы обыскать ее. Она наносит ему удар ногой в живот. Он падает с такой инерцией, что переворачивается через голову и лежит лицом вниз 2-4 секунды, затем еще медленнее поднимается и приближается к ней. Она идет ему навстречу. Он бьет ее прямым ударом левой в лицо, она ставит блок; он наносит ей удар сбоку правой рукой, она уклоняется вправо и, поднимаясь, дает ему правой рукой удар по челюсти снизу. Он падает на спину. На этом приеме композиция кончается.

Методические указания. Необходимо оправдать ситуацию. Смысл в том, что она должна «замотать» его бросками настолько, чтобы его удары стали неточными. Это дает ей возможность в последний раз удачно ударить

его по челюсти, Композицию можно вынести на зачет. Последовательность приемов может быть и иной, но обязательно логичной.

## **РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ**

### **Средства диагностики результатов учебной деятельности студентов**

Для контроля усвоения студентами учебного материала используются следующие средства диагностики:

Методы устной диагностики (опрос, беседы, дискуссии, анализ студенческих работ, зачет).

Методы практической диагностики (творческие задания).

Методы графической диагностики (письменная работа по анализу пластического материала).

Интерактивные методы диагностики (демонстрация пластического этюда).

Рекомендованные формы итогового контроля – зачеты, на которых студенты обязаны проявить не только фундаментальные знания по теории и практике сценического движения, но и продемонстрировать самостоятельность творческого мышления.

## **Критерии оценки знаний студентов по десятибалльной системе**

**1** – *неудовлетворительно* – отказ от ответа или выполнения задания; студент не может ответить на теоретические вопросы или выполнить практическое задание; не знаком с литературой по программе; показал полную неподготовленность для дальнейшего обучения в вузе.

**2** – *почти удовлетворительно* – фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта; студент не знаком со специальной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины; не отработал основные практические, индивидуальные занятия, не подал к защите пластико-хореографический материал по программе семестра; не способен продолжать обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий с изложением по соответствующей дисциплине.

**3** – *удовлетворительно* – недостаточный объем знаний в пределах образовательного стандарта; некомпетентность в решении стандартных задач, слабое владение инструментарием учебной дисциплины; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой дисциплины; студент выполнил отдельные задания по разработке пластико-хореографического материала, предусмотренного программой.

**4** – *достаточно удовлетворительно* – достаточный объем знаний в пределах образовательного стандарта; освоение основной литературы, рекомендованной учебной программой; использование научной профессиональной терминологии; даются логические ответы на вопросы; умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных задач; при наличии интересного творческого замысла пластико-хореографического материала допущены существенные ошибки в разработке композиции, драматургической структуры пластического этюда, или пластической миниатюры; студент не усвоил навыков коллективной работы; малоинициативный, эпизодически принимает участие в выступлениях группы.

**5** – *почти хорошо* – достаточные знания в объеме учебной программы: использование научной терминологии, логически правильные ответы на вопросы, умение делать выводы; студент усвоил основную литературу, рекомендованную учебной программой дисциплины, умеет ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по дисциплине и давать им сравнительную оценку, однако не проявил творческого отношения к качественному выполнению заданий, не отличался активностью на практических, индивидуальных и иных формах учебных занятий; допускает некоторые ошибки при создании и выполнении пластико-хореографических миниатюр. Знания, навыки и умения эпизодически используются в сценической практике.

**6** – *хорошо* – достаточно полные и систематизированные знания по теории драматургии в объеме учебной программы; использование необходимой научной терминологии; студент самостоятельно выполнил все предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой; проявил достаточные способности к самостоятельному пополнению знаний и развитию индивидуальных профессиональных данных в области сценического движения; достаточно высокий уровень культуры выполнения заданий. Знания, навыки и умения периодически используются в сценичной практике.

**7** – *очень хорошо* – систематизированные, глубокие и полные знания по всем поставленным вопросам в объеме учебной программы; использование научной и профессиональной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотные и логические ответы на вопросы, умение делать обоснованные результаты и обобщения; поданные студентом пластико-хореографические миниатюры выделяются оригинальностью идеи, авторской трактовки и новизной сюжетно-образного хода; активно работал на аудиторных и индивидуальных занятиях; творческую работу характеризует стремление к самостоятельному осмыслению и решению поднятых в сценичных работах жизненных актуальных проблем; имеет активную творческую позицию.

**8** – *почти отлично* – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы; владение инструментарием учебной дисциплины (в том числе техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в пределах учебной дисциплины; освоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой; студент выполнил все предусмотренные программой задания, основательно овладел теорией и методикой учебной дисциплины, практическими умениями и навыками, проявил самостоятельность и творческую активность при воплощении учебно-творческого материала; уверен и изобретателен в организации творческого процесса; способен к самостоятельной работе по формированию навыков режиссера.

**9** – *отлично* – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы; глубокое освоение основной и дополнительной литературы; качественное выполнение заданий, предусмотренных программой; сценичные работы отличаются индивидуальным творческим подходом, хорошим вкусом, эмоциональным содержанием; студент показал близкий к максимально возможному для своего курса уровень реализации сценарного замысла, имеет глубокие знания о фундаментальных принципах и приемах пластической культуры.

**10** – *чрезвычайно отлично* – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы, а также по основным вопросам за ее пределами; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотные, логически правильные ответы на вопросы, безупречное знание основных научно-методических концепций классической хореографии, пантомимическими навыками, владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; глубокое освоение основной и дополнительной литературы; активная работа на семинарских, практических и индивидуальных занятиях; творческое и свободное использование приобретенных знаний, навыков и умений в учебной пластико-хореографической практике. Работа студента отличается высоким уровнем культуры, вкуса, творческим подходом к защите на экзаменах. Он имеет активную позицию, постоянно расширяет границы своих творческих возможностей; принимает активное участие в жизни группы.

## ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет культуры и искусств»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_ С.Л. Шпарло

\_\_\_\_\_ 2023 г.

Регистрационный № УД- \_\_\_\_\_ /эуч.

## СЧЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

*Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине для специальности  
6-05-0215-04 Режиссура представлений и праздников*

2023

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта общего высшего образования по специальности 6-05-0215-04 Режиссура представлений и праздников, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 21 августа 2023 г. № 270, учебных планов по специальности 6-05-0215-04 Режиссура представлений и праздников

### **СОСТАВИТЕЛЬ:**

*Б.А. Красилов*, преподаватель кафедры режиссуры учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств».

### **РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

*И.В. Коновальчик*, доцент кафедры хореографии учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств», кандидат искусствоведения;

*В.В. Котовицкий*, заведующий кафедры режиссуры учреждения образования «Белорусская государственная академия искусств», доцент.

### **РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

*кафедрой режиссуры* учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств» (протокол № 1 от 30.08.2023 г.);

*президиумом научно-методического совета* учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств» (протокол № 8 от 31.08.2023 г.)

### **СОГЛАСОВАНО**

Режиссер-постановщик

ГТЗУ «Молодежный театр эстрады»

\_\_\_\_\_ *И.А.Кривулько*

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Сценическое движение» включена в дополнительные виды обучения. Учебная дисциплина «Сценическое движение» является вспомогательной в ряде дисциплин профессионального цикла при подготовке высококвалифицированных специалистов в области режиссуры эстрады и предусматривает использование в обучении студентов компетентностного подхода и инновационных педагогических технологий.

Процесс изучения учебной дисциплины «Сценическое движение» ведётся в теоретической и практической связи с такими учебными дисциплинами, как «Режиссура ивент-проектов», «Хореография в театрализованном представлении», «Основы классической режиссуры» и «Мастерство актёра».

Содержанием учебной дисциплины предусмотрено формирование базовой профессиональной компетенции: применять в профессиональной деятельности навыки сценического движения, сценического боя и хореографии для создания пластической композиции.

*Цель учебной дисциплины* – овладение средствами сценической выразительности, знаниями и умениями в сфере пластических дисциплин.

Для реализации намеченной цели предусматривается решение следующих *задач*:

- формирование пластической культуры, ловкости, гибкости, равновесия, подвижности, координации движений, свободы и раскрепощённых мышц, основ индивидуального исполнительского мастерства;
- развитие образно-пластического мышления с помощью пластики, сценического движения как средства режиссуры эстрадных зрелищ;
- приобретение навыков пластики, акробатики и сценического боя.

В результате изучения учебной дисциплины **выпускник должен знать:**

– технику безопасности при занятиях по сценическому движению, при выполнении сложных трюков и поддержек;

– базовые физические упражнения для развития силы, ловкости, гибкости, равновесия, координации движений, подвижности, свободы и раскрепощенных мышц;

– основные этапы исторического развития и современные тенденции пластики и пантомимы;

– основные направления в развитии хореографии в историческом контексте развития культуры и быта;

– специфические особенности и средства пластической режиссуры;

**уметь:**

– применять полученные знания в процессе создания эстрадного зрелища;

– оценивать качество пластических номеров, массовых сцен, музыкально-пластических представлений;

– владеть элементами техники пантомимы;

– сочинить и поставить сценический бой;

– использовать процесс построения вместе с балетмейстером хореографической композиции в зрелище, театрализованном представлении, празднике, эстрадном концерте, цирковом представлении и др.;

– работать с консультантом по пластике (постановка сложных пластических сцен, драк и боев);

**владеть:**

– гибкостью, равновесием, координацией движений собственного тела;

– навыками и умениями в гимнастике, акробатике, фехтовании, сценическом бою, пантомиме, соединения слова и движения в работе над созданием сценического образа;

Учебная дисциплина «Сценическое движение» преподаётся в течение первых 6-ти семестров и включает в себя 282 часа, из которых все часы – аудиторные – практические занятия.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### *Введение*

Предмет, задачи и структура учебной дисциплины «Основы сценического движения». Место учебной дисциплины в профессиональной подготовке студентов-режиссёров и её связи с другими учебными дисциплинами. Правила техники безопасности на занятии. Критерии оценки учебных достижений студентов, методы и способы оценивания. Обзор литературы и работа с учебно-методическим комплексом по учебной дисциплине.

### *Тема 1. Развитие навыков общего характера, воспитание и развитие психофизических качеств*

Разминка. Комплекс общеукрепляющих упражнений. Упражнения в беге, ходьбе, подскоках, активизирующие внимание студентов, поднимающие эмоциональный и физиологический тонус, подготавливающие мускулатуру, сердечно-сосудистую и дыхательную систему.

### *Тема 2. Упражнения на развитие дыхания. Походка и осанка*

Дыхательные техники. Правильное дыхание при выполнении силовых упражнений. Положения осанки и походки (анализ основных ошибок).

### *Тема 3. Упражнения на развитие подвижности суставов и формирование мышечного корсета*

Развитие гибкости и подвижности суставов тела, двигательной памяти, укрепление мышц спины и живота. Подготовка студентов к технике падений, элементам сценической борьбы. Упражнения гимнастического характера: на

полу, стоя на коленях, сидя, лежа. Партерная техника. Комплекс упражнений с партнером. Образный характер упражнений: «птица чистит перья», «крокодил», «слушаем муравья», «змеи», «веер» и т. п.

#### *Тема 4. Развитие ритмичности и музыкальности*

Упражнения-этюды на основе музыкального материала, состоящего из двух равных частей (по 16 тактов каждая):

- обе части исполняются медленно;
- обе части исполняются быстро;
- первая часть исполняется быстро, вторая часть исполняется медленно;
- первая часть исполняется медленно, вторая часть исполняется быстро.

#### *Тема 5. Сценические прыжки и падения*

Свободный прыжок с приземлением на одну ногу. Свободный прыжок с приземлением на обе ноги. Прыжок опорный с приземлением на обе ноги и падением на бок. Прыжок с наступлением ногой на препятствие с последующим движением вперед. Прыжок с наступлением ногой на препятствие с приземлением на обе ноги. Опорный прыжок с наступлением на препятствие рукой и ногой. Прыжок через препятствие свободный с падением на бок. Падения: «с выпада, скручиваясь на бок», «вперед согнувшись», «назад на спину», «вперед через голову», «вперед с прямым туловищем». Парное упражнение с падением. Вышеназванные падения с приземлением на мягкую поверхность (гимнастический мат, ковер), на твердую поверхность (дерево, бетон), на разноуровневую поверхность (лестница).

#### *Тема 6. Сценическая акробатика*

Упражнения моторного типа. Этюды циклического характера. Кувырок. Кувырок через препятствие. Каскад. Стойка на руках. Колесо. Кульбит. Фляки. Падение. Подготовительные упражнения. Падение со

стойки на плечах. Падение с колен на бок и вперед. Падение из положения стоя (вперед, назад, в стороны). Падение с закручиванием. Падение со спотыканием. Индивидуальная акробатика. Парная акробатика. Акробатические композиции и этюды.

#### *Тема 7. Основы жонглирования и эквилибристики*

Подготовительные упражнения. Жонглирование различными предметами: мячи, кольца, кегли и т.д. Основы эквилибристики. Упражнения на умение сохранять равновесие и баланс в различных условиях (постепенно усложняя задачу дополнительным реквизитом). Упражнения под музыку различного характера и темпа. Жонглирование, соотнесение движений с музыкой и произнесение логического текста.

#### *Тема 8. Основы пантомимы*

Ощущение неподвижной мнимой точки. Мнимая стена: контакт, перемещение, углы. Воображаемый канат: натяжение в разные стороны, перетягивание каната с партнером. Огонь: пламя из кистей рук, всей руки, всего тела, пламя групповое. Беспредметное действие. Работа с мнимым предметом. Переход видимого в невидимое. Развитие умений при помощи четких действий и жестов, сообщающих о физических свойствах предмета: объем, вес, материал, температурные свойства и т.д.

Пантомимические шаги: шаг на месте, шаг в сторону (скольжение), шаг против ветра, шаг по лестнице, шаг по песку, клоунские шаги. Скачка на коне. Плавание на лодке. Пантомимические этюды: поднимание штанги, хождение по канату, срывание цветов. Пантомимические этюды по литературным и музыкальным произведениям.

#### *Тема 9. Воспитание пластического воображения*

Классификация типов движения: локомоторные, рабочие, вспомогательные, семантические, иллюстративные, пантомимические

(эмоциональные) движения. Упражнения на телесно-образное воплощение эмоций, явлений природы, фантастических существ, времен года и т. п. Основы языка человеческого тела. Самостоятельная работа на основе музыкального, литературного, живописного материала и осуществление этюдов по темам.

*Тема 10. Сценический бой: боевая стойка,  
передвижения, удары, броски*

Сценическая пощечина. Изучение техники боевой стойки. Передвижения в боевой стойке. Прямой удар левой рукой. Прямой удар правой рукой. Защита блоком от прямого удара. Парное упражнение в прямых ударах и защитах. Парное упражнение в двух прямых ударах и защитах. Удары сбоку. Защита рукой от ударов сбоку. Защита телом. Парные упражнения в боковых ударах и защитах от них. Удары снизу. Парные упражнения в ударах снизу и защитах от них. Защита блоком от удара снизу. Удар кулаком в лицо из положения лежа. Удар ногой из положения лежа. Композиция драки, сочиненная преподавателем.

*Тема 11. Сценический бой: озвучивание ударов,  
бросковая техника, способы страховки партнера*

Озвучивание ударов руками. Озвучивание ударов ногами. Захват за горло, освобождение и бросок ударом под колено. Удар кулаком (ножом) сверху, защита и бросок. Удар сверху, защита и бросок через себя. Захват за горло, бросок через себя и падение каскадом. Композиция драки, сочиненная преподавателем. Подготовка этюдной формы на основе изученного материала. Основные способы страховки партнёра. Развитие способности видеть, чувствовать, понимать и контролировать движения партнера с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей в соответствии с задачами, поставленными в упражнениях.

## Тема 12. Пластическое решение сценического образа

Использование навыков пантомимы, беспредметного действия, сценической борьбы, акробатики, жонглирования при пластическом решении сценического образа. Поиск внешних характеристик образа (маска, грим, костюм) и их органическое совмещение с движениями и жестами исполнителя. Этюды на основе созданного студентом пластического образа.

### УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ для дневной формы обучения

Название раздела, темы	Количество аудиторных часов			Количество часов УСР	Форма контроля знаний
	Лекции	Практически	Индивидуальные		
Введение	2				
Тема 1. Развитие навыков общего характера, воспитание и развитие психофизических качеств		10			
Тема 2. Упражнения на развитие дыхания. Походка и осанка		10			
Тема 3. Упражнения на развитие подвижности суставов и формирование		10			

мышечного корсета					
Тема 4. Развитие ритмичности и музыкальности		8			
Тема 5. Сценические прыжки и падения		10			
Тема 6. Сценическая акробатика		8			Зачет
Тема 7. Основы жонглирования и эквилибристики		10			
Тема 8. Основы пантомимы		10			
Тема 9. Воспитание пластического воображения		12			
Тема 10. Сценический бой: боевая стойка, передвижения, удары, броски		10			
Тема 11. Сценический бой: озвучивание ударов, бросковая техника, способы страховки партнера		10			
Тема 12. Пластическое решение	2	12			Экзамен

сценического образа					
<b>ВСЕГО</b>		<b>4</b>	<b>120</b>		

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### Литература

#### *Основная:*

1. Кох, И. Э. Основы сценического движения [Электронный ресурс]: учебник / И. Э. Кох. – Санкт-Петербург: Планета музыки, 2021. – 512 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/160235>.

2. Грибов, С. С. Пластическая культура и актерское мастерство [Электронный ресурс]: учебное пособие / С. С. Грибов. – Барнаул: АлтГИК, 2021. – 95 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/72130>.

3. Григорьянц, Т. А. Сценическое движение: пластический этюд [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Т. А. Григорьянц, В. А. Ладутько, В. В. Чепурина. – М.: Юрайт, 2022. – 125 с. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/496988>.

4. Маслак, Ю. Г. Сценический бой в театре и кино [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Ю. Г. Маслак. – М.: Академический Проект, 2020. – 286 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/132347>.

5. Тышлер, Д. А. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка [Электронный ресурс] / Д. А. Тышлер, Л. Г. Рыжкова. – Москва: Академический Проект, 2020. – 183 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/132546>.

#### *Дополнительная:*

1. Григорьянц, Т. А. Сценическое движение. Трюковая пластика [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т. А. Григорьянц. – Кемерово: КемГИК, 2010. – 130 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/45994>.

2. Тышлер, Д. А. Двигательная подготовка фехтовальщиков [Электронный ресурс] / Д. А. Тышлер, А. Д. Мовшович. – Москва: Академический Проект, 2020. – 153 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/132544>.