

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Таганрогская школа искусств»

Дополнительная общеразвивающая программа
в области театрального искусства

по учебному предмету

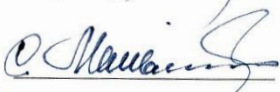
«СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Таганрог 2020 г.

«Одобрено»
Методическим советом
МБУ ДО «ТШИ»

« 11 » 06 20 20 г.

«Утверждаю»
Директор Малыхин С.М.


« 11 » 06 20 20 г.

Составитель: **Савченко Ирина Сергеевна** – преподаватель МБУ ДО «Таганрогская школы искусств»

Рецензент: **Зуева Ольга Николаевна** – преподаватель ПЦК «Вокальное искусство» ГБПОУ РО «Таганрогский музыкальный колледж»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Сценическое движение» относится к числу основных дисциплин, преподаваемых в школе искусств. Цель предмета - воспитание пластической культуры учащегося. В ходе изучения предмета учащиеся детской школы искусств развивают и тренируют психофизический аппарат с помощью обширного комплекса упражнений.

Одну из основных задач предмета составляет выработка общих двигательных навыков: конкретности и точности движения, правильности распределения мышечных усилий, ритмичности, музыкальности.

Одновременно с воспитанием пластической культуры у учащихся необходимо развивать эстетический вкус, умение логически мыслить. Поэтому важное место в преподавании предмета занимают теоретические беседы, проводимые педагогом на протяжении всего курса обучения.

Одной из важных задач является изучение частных двигательных навыков - технических приемов выполнения заданий повышенной трудности, а также ознакомление с исторической стилистикой движения.

И еще одной существенной задачей курса является развитие пластического воображения, что достигается систематической и целенаправленной тренировкой. Программа также дает учащимся необходимые знания в области объективных законов сценического творчества и умение их использовать.

На изучение предмета «Сценическое движение» отводится 108 часов (на три года обучения). В конце каждого учебного года проводится итоговый контрольный урок с дифференцированной оценкой (за счет времени, отведенного на учебный процесс).

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ темы	НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	КОЛ-ВО часов
2 КЛАСС		
1	Введение	2
2	Тренаж физического аппарата	6
3	Тренировка скорости, темпа и контрастности в движении	4
4	Тренировка наблюдательности	4
5	Простые упражнения на развитие координации движений	4
6	Рече-двигательная координация	2
7	Тренировка музыкальности и ритмичности	4
8	Исправление дефектов осанки, походки	7
9	Различные виды падений	2
10	Контрольный урок	1
ВСЕГО:		36
3 КЛАСС		
1	Введение	2
2	Повторение пройденного материала	2
3	Тренаж физического аппарата	4

4	Развитие выразительно действующих рук.	2
5	Сложные упражнения на развитие координации движений	6
6	Точная и последовательная организация речи и движения	2
7	Обучение равномерному непрерывному движению, воспитание пластичности и музыкальности	2
8	Воспитание "взрывности", быстроты, чувства пластической формы	3
9	Различные виды падений, сочиненные самими учащимися	6
10	Стилевые навыки	6
11	Контрольный урок	1
ВСЕГО:		36
4 КЛАСС		
1	Введение	1
2	Повторение пройденного материала	1
3	Тренаж физического аппарата	2
4	Организация движения во времени и пространстве	8
5	Развитие фантазии, чувства композиции и пластической формы	6
6	Работа с предметом	4
7	Воспитание способности двигаться в музыке и с музыкой	8
8	Сочинение учащимися этюдов по разделам курса	5
9	Зачет	1
ВСЕГО:		36
ИТОГО:		108

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 2 КЛАСС

1. ВВЕДЕНИЕ

Цели и задачи предмета. Взаимосвязь курса "Сценическое движение" с курсом "Мастерство актера".

Физическая культура и спорт - одна из основ пластического воспитания.

2. ТРЕНАЖ ФИЗИЧЕСКОГО АППАРАТА (укрепление и развитие мышц и суставов; корригирующие упражнения, тренировка дыхания, развитие гибкости, ловкости, подвижности и т.д.).

Перед началом каждого урока учащиеся делятся на две группы и располагаются на стульях, поставленных вдоль стен аудитории друг против друга. Это положение удобно для ведения уроков и для упражнений.

После первых занятий, на которых происходит знакомство с учащимися, подбираются комплексы тренировочного материала, распределяемого в дальнейшем по всем учебным семестрам.

Так как большинство упражнений курса требует музыкального сопровождения, для занятий необходимо оборудование для воспроизведения музыки или концертмейстер.

Примечание: тренаж физического аппарата базируется, в основном, на курсе "Физическая подготовка", поэтому подбор тренировочного материала не

представляет собой сложности. В зависимости от подготовки учащихся и возможностей педагога упражнения должны постоянно варьироваться и усложняться.

3. ТРЕНИРОВКА СКОРОСТИ, ТЕМПА И КОНТРАСТНОСТИ В

ДВИЖЕНИИ (разогревание мышц, активизация их восприимчивости, овладение разными темпо- скоростями, изучение влияния физического поведения на внутреннее состояние человека, умение контролировать "чувство времени").

1) В упражнениях "двигаться в разных скоростях" педагог предлагает учащимся равномерно распределиться по залу. Затем по команде "1-я скорость" все двигаются в разных направлениях предельно медленно, плавно и непрерывно в едином темпе. По команде "2-я скорость" (а затем 3-я, 4-я, 5-я и т.д.) учащиеся равномерно, ускоряя темп движения, двигаются в соответствии с командой. В дальнейшем педагог варьирует команды. Например, 1-я, 5-я, 1-я, 4-я, 1-я, 3-я и другие варианты.

Таким образом, наряду с плавным переходом от медленного движения к быстрому тренируется контрастность в овладении темпом.

Примечание: темп определяется количеством шагов, выполняемых за 5 секунд (1-я скорость - 2 шага, 2-я - 3-4 шага, 3-я - 6-7 шагов, 4-я - 10-11 шагов, 5-я - 15-16 шагов). Учащиеся могут двигаться в разных темпах-скоростях - от 1-й ("предельно медленно") до 5-й ("предельно быстро"), подниматься и садиться, ложиться и подниматься в определенный отрезок времени (мгновенно, за 3, 5, 10 секунд).

2) В упражнениях "садиться и вставать в разных скоростях" педагог предлагает встать со стула за 10 секунд, сесть за 5 секунд, встать за 3 секунды, сесть по хлопку, встать за 10 секунд и другие варианты.

Во всех этих упражнениях за единицу времени берется секунда. Сначала время отсчитывается каждым учеником в отдельности по секундомеру вслух. Во время исполнения упражнений учащиеся контролируют время про себя, а педагог проверяет их по секундомеру.

3) В упражнениях "ложиться и подниматься в заданной скорости" учащиеся предварительно равномерно распределяются по залу.

Преподаватель дает команду "лечь за 3 секунды", и по его сигналу-хлопку учащиеся выполняют задание. В паузе, в течение которой учащиеся лежат на полу, педагог, если это нужно, делает замечания. Затем подается команда "встать" (например, за 10 секунд), и по хлопку-сигналу учащиеся начинают подниматься. По мере овладения материалом учащимся предлагается сочинить этюды, исполняемые ими в трех скоростях (медленно, в среднем темпе и быстро) при неизменном пластическом рисунке.

Пример этюда

"На охоте". Входит юноша с ружьем. Следит за полетом птицы. Она села на дерево. Охотник взводит курок, прицеливается, птица вспорхнула. Он провожает взглядом полет птицы и уходит.

Работа над подобными этюдами позволяет учащимся почувствовать влияние физического поведения на внутреннее состояние человека (действие, выполняемое в разных скоростях, вызывает разное самочувствие и отношение к происходящему). Эта работа дает возможность проявить самостоятельность в

выборе темы, наблюдательность. Этюды могут быть сольными, парными и групповыми.

Педагогическая практика показала, что, выполняя тот или иной этюд или упражнение, можно научиться контролировать время, не отвлекаться от действия. В дальнейшем "чувство времени" становится привычным для учащихся.

4. ТРЕНИРОВКА НАБЛЮДАТЕЛЬНОСТИ (умение увидеть, запомнить и воспроизвести в определенный отрезок времени то или иное движение, ракурс, мизансцену).

Учащиеся делятся на две равные группы. Одна из них равномерно распределяется по залу, а вторая, оставаясь на своих местах, наблюдает.

У каждого ученика свой партнер. Подается команда "двигаться в 4-й скорости", спустя некоторое время подается команда "стоп" - учащиеся должны "замереть". Образуется групповая мизансцена с множеством разнообразных ракурсов. Учащимся предлагается запомнить ракурс, позу, в которой каждый оказался в момент команды "стоп". Затем каждый садится на свое место. Спустя 5-10 секунд подается команда "воспроизвести мизансцену". Учащиеся выполняют ее.

Второй вариант этого упражнения заключается в следующем: мизансцену, которая возникла в момент команды "стоп", восстанавливают не исполнители, а их партнеры. Затем они меняются ролями, и упражнение продолжается.

Подобные упражнения могут повторяться многократно. Учащиеся каждый раз после команды "стоп" оказываются, в зависимости от заданной скорости движения, в самых разнообразных ракурсах и положениях, не похожих одно на другое. Как в калейдоскопе меняются мизансцены, и в каждом конкретном случае надо воспроизвести не только позу, но и внутреннее ощущение движения.

5. ПРОСТЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ (точная организация движения во времени и пространстве).

Упражнения должны быть внутренне оправданы и конкретны. При исполнении их необходимо менять ритм, скорость, рисунок движения. Упражнения выполняются по заданию педагога, а также сочиняются самими учащимися.

Тренировка начинается с простых упражнений.

Учащиеся распределяются попарно. Партнеры (назовем их А и Б) находятся друг против друга на большом расстоянии. Преподаватель объясняет по пунктам весь пластический и ритмический рисунок движения, который должен быть осмыслен и оправдан учащимися.

Упражнение I

№№	А	Б
1.	2 шага вперед медленно;	2 шага назад медленно.
2.	2 секунды пауза.	
3.	3 шага вперед быстро;	3 шага вперед быстро.
4.	4 секунды пауза.	
5.	4 шага назад медленно;	4 шага вперед медленно.
6.	3 секунды пауза.	

7.	5 шагов вперед, постепенно наращивая скорость;	5 шагов назад, постепенно наращивая скорость.
8.	4 секунды пауза.	
	Упражнение II	
	А	Б
1.	2 шага вперед;	4 шага назад синхронно (те же движения вдвое быстрее).
2.	2 секунды пауза.	
3.	Весь рисунок выполняется в обратном порядке: А отступает, Б наступает.	
4.	2 секунды пауза.	
5.	4 шага вперед;	8 шагов назад, синхронно, но темп вдвое быстрее, а амплитуда движения вдвое меньше;
6.	2 секунды пауза.	
7.	Весь рисунок выполняется в обратном порядке: А наступает, Б отступает.	
8.	4 секунды пауза.	
	Упражнение III	
	А	Б
1.	Быстро встает;	сидит.
2.	4 секунды пауза.	
3.	Подходит к партнеру в 4-й скорости (останавливается);	быстро встает,
4.	4 секунды пауза.	
5.	Синхронно отступает;	4 шага вперед во 2-й скорости.
	Упражнение IV	
	А	Б
1.	Встает во 2-й скорости;	партнер выполняет то же самое (синхронно).
2.	4 секунды пауза.	
3.	Двигаться вперед во 2-й скорости;	партнер выполняет то же самое (синхронно).
4.	2 секунды пауза.	
5.	Поворачивается и уходит на свое место во 2-й скорости.	партнер выполняет то же самое (синхронно).
	Эти упражнения (I-IV) могут быть парными и групповыми.	
	Упражнение V <i>В нем участвуют 4 человека: А, Б, В, Г.</i>	
	А	БВГ
	Сидит;	быстро встают.
	3 секунды пауза.	
	Быстро встает;	быстро подбегают к партнеру.

	3 шага вперед медленно;	синхронно отступают 3 шага.
	4 секунды пауза.	
	Стоит на месте;	быстро убегают из аудитории.

Эти упражнения, как и другие подобные, сочиненные преподавателем, развивают воображение, побуждают к действию и обязательно должны быть внутренне оправданными.

6. РЕЧЕ-ДВИГАТЕЛЬНАЯ КООРДИНАЦИЯ

Изучение упражнений на развитие рече-двигательной координации надо начинать со словесного объяснения. Не демонстрировать движения, а только называть их. Учащиеся должны внимательно выслушать задание до конца, не пытаясь делать движение в тот момент, когда о нем рассказывает преподаватель. Такой способ работы над упражнением — по словесному заданию без показа — развивает способность мысленно представлять себе любое движение, прежде чем выполнить его. Способность эта — одна из самых важных для творческой практики.

Задание надо повторить два раза. Первый раз учащиеся знакомятся с цепью движений, мысленно представляют их себе; второй раз — запоминают. Затем движения выполняются под музыку, в медленном темпе, четыре раза подряд. В момент выполнения движений подсказывать их занимающимся не следует. Надо приучать их быстро запоминать задание — это тренирует моторную память.

Упражнение 1.

Исходное положение: построение «стайкой», стойка «смирно». Техника исполнения:

- 1) Движения для правой руки: на счет «раз» — прямую руку вытянуть вперед; на счет «два» — согнув руку в локтевом суставе, поставить ее перед грудью; на счет «три» — выпрямить руку, отведя ее в сторону; на счет «четыре» — опустить руку вниз, в исходное положение.
- 2) Движения для левой руки: на счет «раз» — отвести прямую руку в сторону; на счет «два» — поднять прямую руку вверх; на счет «три» — прямую руку поставить вперед; на счет «четыре» — опустить.
- 3) Соединить движения правой и левой рук: правая рука выполняет свои движения и одновременно левая — свои.
- 4) Выполняя движения обеими руками одновременно, называть числа: «один», «два», «три», «четыре», «пять» и т. д.
- 5) Выполняя упражнения обеими руками одновременно, называть порядковые номера: «первый», «второй», «третий» и т. д.
- 6) Под те же движения рук называть только нечетные числа.
- 7) Продолжая движения руками, называть только четные числа, но в обратном порядке («двадцать», «восемнадцать», «шестнадцать» и т. д.).
- 8) После того как последнее упражнение учащиеся выполняют достаточно свободно, предлагаем вместе с выполнением движений руками читать таблицу умножения: на счет «раз» — сказать «дважды», на счет «два» — «один», на счет «три» — «два», на счет «четыре» — пауза в речи, а руки продолжают делать четвертое движение. Затем так же произносится следующая строка таблицы и т. д. Там, где в строке таблицы умножения четыре слова, они произносятся на

четыре счета музыки. Например: на счет «раз» — «трижды», на счет «два» — «семь», на счет «три» — «двадцать», на счет «четыре» — «один» ($3 \times 7 = 21$).

Музыкальное сопровождение должно быть очень простым и обязательно в размере на 4/4. Движения рук и чтение таблицы умножения должны совпадать с четвертными долями музыкального сопровождения.

- 9) Под ту же музыку идти половинами, т. е. делать один шаг на два счета. Ходить вперед и назад, меняя направление по команде преподавателя.
- 10) Далее соединяем ходьбу с чтением таблицы умножения. Необходимо следить за тем, чтобы чтение таблицы шло по четвертным долям, а ходьба по половинным, т. е. одно слово на каждый счет, а один шаг на два счета.
- 11) Соединяем движения обеих рук с ходьбой. Движения рук выполняются на каждый счет, а движения ног (ходьба) — через счет, т. е. один шаг на «раз»-«два».
- 12) Соединить движения рук и ходьбу с чтением таблицы умножения. Движения рук и чтение текста идут на четвертные доли, а ходьба — на половинные. При этом преподаватель вне-запно подает команды «Вперед!» и «Назад!» При соединении движений обеих рук музыку надо активно замедлить, чтобы учащиеся могли успеть подумать и правильно скоординировать движения.

Если упражнение на данном этапе выполняется свободно и без ошибок, его можно затруднить следующим образом: а) ускорить темп музыки; б) поменять движения рук, т. е. перенести движения правой руки на левую, а движения левой руки — на правую; вначале перенос движений надо проделать мысленно, а затем под музыку, в медленном темпе, выполнить одновременно движения обеих рук; в) можно также изменять направление ходьбы — вперед и назад; г) преподаватель еще больше усложняет упражнение тем, что начинает задавать вопросы. Например, учащиеся говорят: «Трижды три» — и в это время преподаватель спрашивает: «Сколько будет?» Учащиеся отвечают: «Девять». Тем самым преподаватель отвлекает занимающихся от движений, которые к этому времени становятся полуавтоматическими, и включает себя в общение с ними, требуя осмысленного ответа. Надо следить, чтобы действительно звучал ответ на вопрос, а не было простого проговаривания чисел. Важно добиваться точного совпадения слов с четвертными долями аккомпанемента, а шагов — с половинными. Своевременное изменение в направлении ходьбы по внезапным командам преподавателя «Вперед!», «Назад!» возможно, если команды подаются в последней четверти предыдущего такта.

Упражнение 2.

Исходное положение — стойка «смирно». Техника исполнения:

- 1) Движение для правой руки: на счет «раз» — правую руку отвести в сторону, на счет «два» — поставить кисть за голову, на счет «три» — поднять прямую руку вверх, на счет «четыре» — опустить руку вниз.
- 2) Движения для левой руки: на счет «раз» — вытянуть прямую руку вперед, на счет «два» — поднять прямую руку вверх, на счет «три» — отвести руку в сторону, на счет «четыре» — опустить.
- 3) Соединить движения обеих рук, т. е. выполнять движения обеими руками одновременно.
- 4) Под движения обеих рук вслух читать таблицу умножения, умножая все цифры на 6.

- 5) Ходить под музыку вперед и назад половинами. Команды «Вперед!» и «Назад!» подает преподаватель.
- 6) Соединить движения рук с ходьбой. Движения рук выполняются в четвертных долях, а ходьба — в половинных.
- 7) Соединить чтение таблицы умножения с ходьбой и движениями рук. Если упражнение на данном этапе выполняется свободно, без всяких затруднений, предлагаем учащимся читать стихи (например, отрывок из поэмы Некрасова «Мороз, Красный нос»: «Не ветер бушует над бором...»). Сначала учащиеся читают стихи, стоя на месте, под музыку размером 4/4. (обязательно импровизация). Начало текста падает на затактовую долю музыки. Слова произносятся так: на счет «раз» — Не ветер, на счет «два» — бушует, на счет «три» — над бором, на счет «четыре» — пауза; на счет «раз» — Не с гор, на счет «два» — побежали, на счет «три» — ручьи, на счет «четыре» — пауза и т. д. Строки «И нет ли где трещины, щели, И нет ли где голой земли» распределить по четвертям таким образом: на первую четверть — И нет ли где, на вторую четверть — трещины, на третью четверть — щели, на четвертую — пауза; на первую четверть — И нет ли где, на вторую — голой, на третью — земли, на четвертую четверть — пауза.
- 8) Соединить движения рук с чтением стихов.
- 9) Соединить ходьбу и движения рук с чтением стихов.

Методические указания. Преподаватель следит за тем, чтобы слова звучали четко и осмысленно, а при чтении стихов чтобы текст звучал логично, предложения — слитно, а не отдельными словами, чтобы стихи были эмоционально наполненными. Вначале выполняем движения и произносим текст медленно, постепенно доводим до умеренного темпа. При групповых занятиях очень удобно построение «стайкой».

7. ТРЕНИРОВКА МУЗЫКАЛЬНОСТИ И РИТМИЧНОСТИ.

Одним из важных качеств исполнителя является умение быстро воспринимать предлагаемую мелодию, ее темп и ритм и передавать все это в движениях. Для развития этой способности предлагаются следующие упражнения.

- 1) Учащиеся равномерно распределяются по залу (у каждого из них в руках маленький мяч типа теннисного). Звучат различные мелодии, каждая из которых длится не более 12-16 тактов. Вначале учащийся прослушивает эти мелодии, а при повторном исполнении "отстукивает" их ритмический рисунок мячом об пол или перебрасывает мяч и ловит его. Далее звучат новые мелодии, и учащимся предлагается, уже без предварительного прослушивания этих мелодий, выполнять то же упражнение с мячом. Подобная тренировка приучает их к быстрому восприятию мелодий и ритмов и воспроизведению их в импровизационном движении.
- 2) Задание усложняется: ученик выполняет основное упражнение и при этом ритмично двигается и напевает мелодию.
- 3) В упражнении участвуют два человека. Один из них, в такт предложенной мелодии и напевая ее, постукивает мячом об пол и при этом ритмично движется. Его партнер, также напевая мелодию, движется в ритме музыки и ждет, когда партнер бросит ему мяч (каждый из партнеров может постукивать мячом не более 8-10 раз). После передачи мяча партнеры меняются ролями. Далее меняется мелодия, ритм и темп исполнения, а учащиеся подхватывают новую музыку движением, если могут - пением и "игрой в мяч". Такая импровизация очень полезна для учащихся.

8. ИСПРАВЛЕНИЕ ДЕФЕКТОВ ОСАНКИ, ПОХОДКИ.

Совершенствование пластики включает в себя упражнения, вырабатывающие хорошую осанку, походку, эстетичные позы сидя. Упражнения такого типа должны быть в каждом уроке.

Педагог рассказывает, что отклонения от нормы в указанных положениях и движениях тела, вошедшие в привычку, с трудом, но исправляются. Вначале он показывает наиболее типичные ошибки, затем дает ходьбу и, внимательно просмотрев каждого ученика, сообщает ему о его недостатках в осанке и походке. Далее рассказываем, что на уроках можно создать только верные ощущения правильной осанки и походки, показать направление работы. Чтобы эти верные ощущения стали привычными, превратились в навык, ученик должен постоянно контролировать себя, исправлять ошибки, которые при отсутствии контроля совершаются бессознательно, автоматически.

Упражнение 1.

Изучение техники правильной походки. Исходное положение — построение «стайкой», руки на поясе.

Техника исполнения. Правую ногу поставить пяткой на одну линию перед носком левой ноги. Стопы поставить по одной прямой, а затем слегка развернуть носки в стороны. Далее передать вес тела на впереди стоящую ногу. В этом положении сзади стоящая нога настолько освобождается от веса тела, что ею можно легко сделать шаг вперед. Опустить голову, чтобы видеть ноги. Идти вперед так, ставя пятки по одной линии, а носки чуть врозь. Когда ученики доходят до конца помещения, педагог командует: «Назад!» — и все, не поворачиваясь, начинают движение в обратном направлении. Музыкальное сопровождение. Почти для всех упражнений этого раздела исполняется марш — четкий, в темпе 60 м/м. Каждый шаг делается за одну четверть. Методические указания. Педагог добивается плавной, непрерывной ходьбы, правильной постановки ног — с пятки на носок. По команде «Назад!» почти всегда кто-то повернется кругом. Надо объяснить, что на сцене очень важна точность. Если актер стоит лицом к заднику, а режиссер скажет «Четыре шага назад!», то грамотный актер сделает четыре шага к рампе, не поворачиваясь.

Упражнение 2.

Изучение правильной осанки. Построение «стайкой». Техника исполнения. Держим голову прямо, смотрим вперед (подбородок не должен быть опущен или поднят вверх). Колено опорной ноги выпрямлено до отказа, другая нога свободна в суставах, чуть отставлена. Руки свободно опущены, плечи развернуты, но без напряжения, грудь чуть приподнята. После освоения этого положения педагог командует: «Вперед!» — и ученики идут, стараясь сохранять освоенную в предыдущем упражнении правильную походку и верную осанку. Методические указания. В этом упражнении положение тела и движения ног контролируются мышечными ощущениями самого ученика. Если возникает ошибка в постановке ног, надо предложить вновь смотреть на стопы и поднять голову, когда ошибка будет выправлена. Это приходится делать несколько раз. Далее замедляем темп, предложив ходить половинными долями, но обязательно непрерывно, без остановок и толчков. Тело должно как бы плыть в пространстве. Те же требования выполняются и при ходьбе назад.

Упражнение 3.

Очень медленная ходьба. Выполняется в целых нотах. Соблюдаются все требования предыдущего упражнения в отношении осанки и постановки ног. Методические

указания. Добиться полной непрерывности движений трудно, в связи с крайне медленным темпом. Упражнение тренирует умение двигаться очень медленно и непрерывно. Медленный темп дает возможность прочувствовать все элементы походки и осанки. Нога должна коснуться пола пяткой, затем последовательно перекачиваться на весь след и далее перейти на полупальцы. В этом положении стопа возможно дольше отталкивается от пола посредством полного вытягивания голеностопного сустава. Большой палец ноги отталкивается от пола до начала нового шага. При правильном движении колено будет полностью выпрямляться, что создает стройность и легкость в ходьбе. (Педагог показывает ученикам такую походку.) После полного выпрямления отталкивающая нога, слегка сгибаясь в колене, выносится вперед для следующего шага, который также начинается с пятки. Когда техника освоена, ходьбу следует вновь перевести на выполнение половинами, но с точным соблюдением всех изученных элементов. Педагог еще раз напоминает, что надо соблюдать верную осанку и следить за своей походкой не только на уроках по движению — правильная осанка и походка должны превратиться в насущную потребность учеников. Это позволит перевести освоенное в навык, в бытовую привычку.

Упражнение 4.

Тренировка в ощущениях правильной осанки. Построение «стайкой». Педагог вновь показывает правильные положения тела. Предлагает отвести руки за спину и сложить их одна на другую так, чтобы они находились на уровне поясницы. Это положение рук обязательно распрямит спину, поднимет голову и грудь, заставит выпрямить колени. Правильная осанка должна быть во всех положениях тела: стоя, при ходьбе и в положении сидя. Много раз повторяем с учениками два предыдущих упражнения, требуя верной осанки и движений тела. Показываем, как нога, закончившая отталкивание, выносится вперед только после четвертой четверти такта, с тем чтобы коснуться пяткой пола точно с первой четвертью следующего такта.

Упражнение 5.1

Первое тренировочное упражнение. Исходное положение — свободная стойка. Техника исполнения. Ходьба вперед и назад по ритмическому рисунку: четыре шага четвертями и два шага половинами. Методические указания. Педагог требует от учеников точного выполнения заданного ритмического рисунка при сохранении правильной осанки и походки. По ходу исполнения подаются команды для перемены положения рук: «Руки за спину!», «Руки на грудь!», «Руки свободны». Добиваемся непрерывности и «наплывности» движений при изменении скорости исполнения. Контролируем верный постав ног, убираем боковые покачивания и подпрыгивания, если таковые имеются. Музыкальное сопровождение. Концертмейстер импровизирует только указанный ритмический рисунок.

Упражнение 5.2.

Второе тренировочное упражнение. Исходное положение и техника исполнения те же, что в предыдущем упражнении. Предлагаем дополнительное задание: правильно и ритмично двигаясь, сосчитать количество стульев, находящихся в помещении, или число присутствующих на уроке либо выполнить еще какое-нибудь аналогичное задание. Упражнение длится одну минуту. Затем останавливаем группу и просим ответить на заданный вопрос. Рассказываем учащимся, что природа человека дает ему возможность, полуавтоматизированно выполняя нужные движения (ходьба), в то же время сознательно выполнять задание, требующее целенаправленного внимания (подсчет предметов). Это означает, что можно тренировать осанку и походку в таких условиях, как прогулка, приход и уход из учебного заведения, и

даже во время разговора. Необходимо, чтобы ученики совершенствовали свою осанку и походку в повседневной жизни. Естественно, что на всех уроках по движению педагог поправляет ошибки в этом важнейшем для актера навыке. Следует обязательно сказать, что любой выход на эстраду требует верного положения тела и правильной походки. Движения на эстраде должны быть пластически выразительными, эстетичными.

Упражнение 5.3

Третье тренировочное упражнение. Исходное положение и техника исполнения те же, что в первом тренировочном упражнении. Дополнительное задание: ходить во всех направлениях, т. е. вперед и назад, направо и налево, по прямым линиям и по дугам. Собравшиеся в помещении люди незнакомы друг с другом, все они ожидают выхода человека, который сообщит им важную новость. Настроение несколько настороженное. Желая как-то себя успокоить, все присутствующие начинают наблюдать друг за другом, однако стараются делать это незаметно. Каждый наблюдает за тем, кто его больше всего заинтересовал. Упражнение длится одну минуту. После окончания преподаватель вызывает кого-либо из учеников, просит его повернуться спиной к группе и спрашивает, за кем он наблюдал. Получив ответ, просит рассказать об особенностях внешности этого человека. Методические указания. Важно, чтобы при выполнении движений у занимающихся была правильная осанка и походка, точная разритмовка, а рассказ после упражнения — достаточно обстоятелен.

Это упражнение аналогично предыдущему, но труднее в связи с тем, что люди (объекты наблюдения) передвигаются и наблюдающий тоже ходит в разных направлениях, при этом соблюдая «качество движений». Пользуясь опытом этого упражнения, следует вновь напомнить учащимся о возможности совершенствовать навыки осанки и походки, занимаясь в то же время каким-то активным делом.

Упражнение 5.4.

Четвертое тренировочное упражнение. Исходное положение, техника исполнения и разритмовка те же, что в предыдущих упражнениях. Педагог говорит, что помещение является залом музея. На стенах развешаны картины, тут и там скульптурные изображения, красивые лепные потолки; полы также представляют художественный интерес. Сценическая задача состоит в рассматривании помещения и находящихся в нем произведений искусства. Движенческая задача в том, чтобы, передвигаясь в разных направлениях в ритме четыре четверти и две половины, сохранять хорошую осанку и походку.

Упражнение длится полторы минуты. Методические указания. Надо превратить упражнение в этюд. Ученик должен оправдывать задержки в движении (половины в музыке) заинтересованностью произведениями искусства. Есть возможность затруднить упражнение дополнительной задачей — наблюдением и за присутствующими. Необходимо стремиться к полной органике в выполняемом действии при правильном движении.

Упражнение такого типа повторяется в течение всего учебного года, примерно через 4—5 уроков. Время, отводимое на упражнение, не превышает трех минут: 30 секунд на постановку задания, остальное — на выполнение этюда. Все время исправлять ошибки в осанке и ходьбе, если они встречаются.

Упражнение 6.

Переход в положение сидя. Музыкального сопровождения нет. Исходное положение — каждый ученик стоит перед стулом, находящимся от него в четырех шагах

(расположение — «стайкой»). Сиденье стула повернуто к занимающемуся. Техника исполнения. Сделать четыре шага вперед (к стулу), начиная правой ногой. Четвертый шаг будет выполнен левой ногой. На ней, перед тем как сесть, должен быть вес тела. Медленно повернуться к стулу и, сгибая колени (чуть наклонив туловище вперед), опуститься на сиденье. Поворот в этом случае делается правым плечом назад. Правая нога окажется несколько выставленной вперед, а левая сзади; стопы чуть развернуты наружу. Опустившись на сиденье, следует, не разваливаясь, опереться на спинку стула. После нескольких повторений этого упражнения выполнить его, начиная движение к стулу левой ногой. В этом случае четвертый шаг будет сделан правой ногой и поворот придется делать левым плечом назад. Методические указания. Во время тренировки можно делать большее количество шагов и начинать ходьбу любой ногой, но поворот, опускание тела на сиденье и положение ног должны быть правильными.

Упражнение 7.

Правильные позы в положении сидя. Музыкального сопровождения нет. Исходное положение — сидя на стуле. Педагог садится перед учениками и предлагает повторять за ним различные положения сидящего: а) колени и стопы сомкнуты, и стопы чуть задвинуты под сиденье, затем стопы почти на линии края сиденья, затем немного выдвинуты вперед; б) колени сомкнуты, одна стопа несколько впереди другой, ноги под стулом, затем на линии края сиденья, затем несколько впереди; в) одна стопа положена на другую (ноги «бантиком»), и в этом положении они находятся под стулом, на линии стула или впереди; г) ноги в положении «бантиком» совершенно вытянуты вперед; д) одна нога может быть положена на другую (современная поза). Следует оказать, что две последние позы применяются для отдыха и недопустимы в официальных случаях жизни. Далее педагог показывает положение тела человека, сидящего прямо и опирающегося на спинку. Объясняет, что во время еды, на экзамене, на официальном приеме и в прочих подобных случаях опираться на спинку стула НЕ следует. Отдыхая, находясь в театре, на концерте, в кино и при прочих подобных обстоятельствах можно сидеть свободно, опираясь на спинку кресла или стула. Разваливаться неприлично.

О руках не нужно думать: их положения возникают произвольно и почти всегда соответствуют обстоятельствам жизни. Однако не следует закладывать руки в карманы (брюк, пальто, жакета и т. д.). Эта поза явно некрасивая.

Положения ног у мужчин в позах сидя отличаются от женских только тем, что колени могут быть несколько расставлены.

Очень полезно проделать несколько этюдов, придумав обстоятельства, где были бы ходьба, переход в позы сидя, вставание и снова ходьба.

После освоения учебного материала учащимся предлагается выполнить самостоятельные задания по пройденному курсу (включая этюды).

9.РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ПАДЕНИЙ (из положения стоя, во время движения, со стула).

Упражнения на тренировку ловкости, гибкости, смелости.

Предварительно разъясняется элементарная техника падений из положения стоя.

1) Всем учащимся предлагается двигаться в разных скоростях от 1-й до 5-й и по сигналу преподавателя "удар!" (камень в спину, выстрел в живот, удар в лицо и т.д.) они должны зафиксировать удар, "потерять сознание" и упасть. Эти три момента должны быть отчетливо выражены. Падение должно быть логичным, естественным и безопасным. Затем это упражнение каждый выполняет в

отдельности, двигаясь по диагонали. В дальнейшем ученики могут сами сочинить рисунок падения и выполнить его.

Примеры упражнений:

- а) двигаться в 4-й скорости, "удар" в спину, фиксация, 2 сек. пауза, медленное падение;
- б) двигаться во 2-й скорости, "удар" в живот, фиксация, 4 сек. пауза, медленно опуститься на колени, упасть навзничь;
- в) двигаться в 3-й скорости, "удар" в лицо, фиксация, быстрое падение;
- г) двигаться в 3-й скорости, "удар" в спину, фиксация, 2 сек. пауза, "удар" в живот, фиксация, 3-4 шага вперед на "ослабевающих" ногах, произвольное падение.

2) Учащиеся сидят на стульях в самых разнообразных позах.

Примеры упражнений:

- а) "удар" в спину, фиксация, 4 сек. пауза, "удар" в живот, фиксация, медленное падение на пол, на спину;
- б) "удар" в живот, фиксация, 2 сек. пауза, быстрое произвольное падение на пол. Предлагаемые варианты падений должны быть внутренне оправданны.

3) Переноски. Практика показала, что приобретение навыков сценических переносок не представляет собой сложности и не требует специальных тренировок. Сами учащиеся выбирают рациональные движения и способы переноски. В дальнейшем переноски выполняются на заданную музыкальную тему или за определенный отрезок времени.

10. КОНТРОЛЬНЫЙ УРОК.

На контрольный урок выносятся все упражнения, пройденные за год, однако структура их может быть самой разнообразной.

3 КЛАСС

1. ВВЕДЕНИЕ (1-2 занятия)

Пластическое воспитание и пластическая выразительность исполнителя.

Мысль, действие, движение и ритм - основа пластической выразительности спектакля.

2. ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО МАТЕРИАЛА (2-3 занятия).

3. ТРЕНАЖ ФИЗИЧЕСКОГО АППАРАТА (укрепление и развитие мышц).

Во II классе тренировочные комплексы включают в себя развивающие и укрепляющие упражнения, причем доминируют вторые, потому что чем подвижнее сустав, тем больше он нуждается в укреплении мышц.

Акробатические упражнения во II классе представляют собой подготовительные и начальные упражнения к более сложным группировкам, кульбитам, стойкам, каскаду, колесу, парным акробатическим упражнениям.

4. РАЗВИТИЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНО ДЕЙСТВУЮЩИХ РУК

Основная задача этого раздела в том, чтобы развить гибкость, подвижность кистей и пальцев, а затем показать на ряде упражнений, как руки могут действовать осмысленно. Руки — главный орган движения с точки зрения физической выразительности актера в роли. Они могут многое сказать зрителям, и сказать очень ярко и четко. Поэтому необходимо направлять внимание учеников на выполнение действий руками во всех упражнениях предмета.

Упражнения данного раздела делятся на две группы. Первая — когда форма

движений носит чисто абстрактный характер, только развивая нужные качества рук; эти упражнения не представляют собой действия с точки зрения драматического искусства. Упражнения второй группы по существу представляют собой очень короткие этюды, состоящие из двух дробных действий.

Основная задача предмета «Основы сценического движения» — развитие действенного, целенаправленного начала в движениях тела. Этой задаче служат и упражнения для рук. Через эти упражнения во многом осуществляется связь с драматическим искусством.

Итак, общая задача абстрактных (моторных) упражнений — повышение двигательных возможностей обеих рук. Но особое внимание уделяется развитию левой руки, так как актерам часто приходится на сцене делать левой рукой то, что в быту они сделали бы правой. Количество "таких упражнений незначительно, но в увеличении их числа нет необходимости: именно эти упражнения хорошо развивают подвижность суставов. Необходимо повторять их возможно чаще, и не только на уроках движения, но и в любое свободное время: во время утренней гимнастики, в перерывах между уроками и т. д. Полезны эти упражнения и как разминка перед уроками драматического искусства.

Вторая группа упражнений — этюды — напоминает упражнения с воображаемыми предметами, но полного подобия с ними нет, так как отсутствуют действия, которыми определялся бы отрезок жизни сценического героя. Этюды носят циклический характер, т. е. их можно повторять подряд по многу раз. Такое повторение двух дробных действий, составляющих этюд, может длиться до одной минуты. Возможность и целесообразность повторения позволяет преподавателю просмотреть всех учащихся и заметить их ошибки для последующего исправления. Примерно восьмикратное повторение каждого упражнения составляет полный цикл.

Учащиеся передают движениями рук содержание предложенного педагогом задания. Однако если в каждом задании всего два дробных действия, то на практике ученики должны осуществить четыре. Например, в упражнении «Схватить — бросить», перед тем как схватить, надо увидеть предмет, оценить его, а затем уж схватить; возникает и вопрос, для чего схватить, т. е. надо мгновенно решить, что с ним делать, и в соответствии со сценарием бросить; важно показать и то, куда, почему и для чего бросают. При циклическом выполнении эти действия повторяются, и чем разнообразнее ученики импровизируют при каждом повторении, тем полезнее упражнение. Начинать упражнения этой группы следует в явно замедленном темпе, чтобы учащиеся успевали проиграть всю логику обстоятельств. Если при наблюдении за действиями будет понятно, что делают занимающиеся, значит, их тело и главным образом руки достаточно выразительны.

Эти упражнения должны создавать у самих учеников яркое представление о выразительных возможностях их рук. Поэтому педагогический процесс должен быть нетороплив и последователен. Надо упорно добиваться правдоподобия действий, внимательности и творческой активности. Механическое исполнение движений не разовьет выразительных возможностей рук.

Первая группа упражнений.

Упражнение 1.1. «Волна».

а) Подготовительное упражнение. Исходное положение: построение «стайкой», руки вытянуты вперед, кисти повернуты ладонью вниз, пальцы вытянуты, но не напряжены.

Техника исполнения. Медленно и свободно опускать руки вниз. После того как руки опустились, начать медленно поднимать их. Когда предплечье начнет подниматься вверх, кисти и пальцы еще продолжают движение вниз, затем начинают подниматься вверх до горизонтального положения. Затем движение начинается сначала. После того как эти движения будут отработаны, включаем их в основное упражнение.

б) Основное упражнение. Исходное положение то же, что и в подготовительном. Техника исполнения. Сгибая правую руку в локтевом суставе, медленно подтягивать к себе свободно опущенную кисть. Локоть при сгибании опускается вниз. Согнуть руку примерно до прямого угла между плечом и предплечьем, затем выпрямить до исходного положения.

В момент выпрямления руки кисть медленно поднимается пальцами вверх, они напрягаются, затем ослабевают. Рука оказывается в исходном положении. Выполнять упражнение надо в следующем порядке: сначала четыре движения правой рукой, потом четыре движения левой, затем четыре движения двумя руками по направлению вперед и четыре движения с разведенными в стороны руками. В последнем случае (руки в стороны) ноги следует расставить шире плеч. Тело раскачивается вправо и влево, перенося тяжесть с одной ноги на другую. Методические указания. Надо следить, чтобы кисть двигалась на уровне груди. Движение должно быть непрерывным, мягким, плавным и медленным. Музыкальное сопровождение — вальс.

Упражнение 1.2. «Плавники».

Исходное положение: построение «стайкой», руки вытянуты в стороны, кисти повернуты ладонью вниз, пальцы вытянуты и сомкнуты. Техника исполнения. В первом такте музыки, обе прямые руки делают небольшое движение вперед, как бы навстречу друг другу и возвращаются в исходное положение. В следующем такте руки снова делают движение вперед (но амплитуда движения несколько увеличивается) и опять возвращаются в исходное положение. В третьем такте руки двигаются вперед, еще более увеличивая амплитуду движения. И наконец, в последнем такте музыкальной фразы руки выполняют огромное движение вперед — они почти касаются друг друга, задерживаясь в положении «вперед». В начале следующей музыкальной фразы руки начинают двигаться в обратном направлении в той же последовательности. Музыкальное сопровождение — вальс. Каждое движение вперед с последующим возвращением в исходное положение выполняется за один такт, независимо от амплитуды.

Упражнение 1.3. «Змея».

Исходное положение: построение «стайкой», руки в стороны, кисти повернуты ладонями вверх. Техника исполнения. В первом такте кисти поднимаются вверх так, чтобы ладони были направлены к голове, — они как бы поднимают за собой предплечье и двигаются дальше к плечу. В следующие два такта кисти проходят путь от плеча вниз и разводятся дальше в стороны, руки выпрямляются ладонями назад. В последнем такте кисти медленно разворачиваются ладонями вверх-назад. Таким образом, предплечья и кисти делают полное круговое движение. Методические указания. При выполнении этого упражнения педагог следит за тем, чтобы кисть проходила как можно ближе к плечу, затем к подмышке, как бы стремясь до нее дотронуться. Кисти напряжены и сильно изогнуты в лучезапястных суставах. Пальцы все время направлены к локтям, кроме того момента, когда рука выпрямляется (в третьем такте). Когда рука вытянулась и ладони обращены назад, напряжение в кистях необходимо снять. На последнем такте развернуть обе кисти мягким, легким и плавным движением ладонями

вверх. Кисти должны все время двигаться впереди предплечий. Движения в этом упражнении непрерывные и сильные. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере 3/4.

Упражнение 1.4. «Крест».

а) Подготовительное упражнение. Исходное положение: построение «стайкой», правая рука вытянута вперед так, чтобы ладонь была повернута вправо, большим пальцем вниз; ладонь левой руки приложена сверху к ладони правой, большим пальцем вниз, и плотно прижата к ней. Техника исполнения. Кисти обеих рук вращать одновременно в противоположные стороны, не отрывая ладони друг от друга, вокруг воображаемой оси (рис. 36).

Вращать ладони до тех пор, пока это возможно, т. е. пока кисти не опишут круг; затем делать упражнение в обратном направлении. При этом желательно, чтобы локти сгибались как можно меньше.

б) Основное упражнение. Ноги расставить чуть шире плеч и под музыку размером 3/4. выполнять вращение кистей одновременно с движением рук в следующей разритмовке: вначале справа налево за 4 такта, затем слева направо за 4 такта, справа наверх за 4 такта, сверху вниз за 4 такта. Затем убыстрить исполнение: тот же рисунок выполнять в 2 раза быстрее, каждый штрих за 2 такта. Далее убыстрить еще в 2 раза: каждый штрих за 1 такт. Туловище и ноги принимают активное участие в упражнении: раскачиваются из стороны в сторону, сгибаются и выпрямляются в соответствии с движениями рук. Необходимо добиваться четкого, легкого и свободного исполнения.

Упражнение 1.5. «Веер».

Исходное положение: построение «стайкой». Локти согнуты и опущены вниз, на уровне плеч, ладонями вперед, пальцы вытянуты и направлены вверх и, насколько можно, расставлены. Техника исполнения. Большой (первый) палец прижимается к ладони, второй палец кладется на первый, третий — на второй, четвертый — на третий, пятый — на четвертый. Укладывать пальцы следует поочередно. Затем постепенно раскрывать, начиная с мизинца, до тех пор, пока все пальцы не придут в исходное положение. Повторить упражнение несколько раз. Движения пальцев должны быть легкими и плавными. В соответствии с этим музыка легкая, игровая; размер 4/4.

Упражнение 1.6. «Крылья».

Исходное положение: построение «стайкой», руки свободно опущены, кисти повернуты ладонью к себе.

а) Подготовительное упражнение (1-й этап). Медленно и плавно поднять свободные руки в стороны до уровня плеч и так же медленно и плавно опустить. Когда руки разводятся в стороны, локтевой и лучезапястный суставы расслаблены, благодаря чему кисти отстают от движения рук. Ведущим является плечевой сустав, за плечом движется предплечье, а за предплечьем — кисть. Обратное движение начинает локоть, за ним — предплечье, а за предплечьем — кисть, причем пальцы приподняты. Методические указания. Если упражнение получается свободно и правильно, увеличиваем амплитуду движения: руки за то же музыкальное время проходят из положения вниз до положения вверх. Когда это упражнение хорошо освоено, усложняем его.

б) Подготовительное упражнение (2-й этап). Руки опущены, кисти повернуты ладонями к себе. Медленно, способом, описанным выше, поднять правую руку в сторону до уровня плеча. Когда рука достигла этого положения, кисть мягко разворачивается ладонью вверх и рука продолжает Движение. Затем рука

движется в обратном направлении; кисть остается развернутой ладонью вверх, но, когда рука достигнет половины пути, т. е. дойдет до уровня плеча, кисть снова легко и плавно поворачивается ладонью вниз, и вся рука продолжает движение. Освоив технику одной рукой, сделать то же самое другой.

в) Основное упражнение. Одна рука опущена, а другая поднята вверх. Движение начинают обе руки одновременно, но одна поднимается вверх, другая опускается. Когда руки дойдут до уровня плеч, их кисти меняют положение: одна разворачивается ладонью вверх, другая ладонью вниз — и руки продолжают движение. Упражнение повторяется не менее четырех раз. Его можно выполнять под музыку в размере 3/4 (вальс). За 4 такта руки поднимаются вверх и за следующие четыре такта опускаются.

Вторая группа упражнений.

Упражнение 2.1. «Схватить — бросить».

Построение «стайкой». Предлагаем ученикам выполнить этюд «Игра в снежки». Предварительно рассказываем, что на улице мороз, снежки не лепятся, вокруг много пушистого снега, его надо хватать быстрыми движениями и бросать в играющих. Бросаем снег в лицо партнеру, но так как партнер сам его бросает, то от него желательно уклоняться, продолжая играть. Методические указания. Это упражнение, по существу, этюд с воображаемым предметом. Учащиеся выполняют хватательные и бросающие движения и стремятся делать это в соответствии со сценической задачей. Педагог следит, чтобы кулак был сильно сжат, а когда он разжат, то пальцы вытянуты до предела.

Упражнение 2.2. «Пружинки».

Исходное положение: построение «стайкой»; руки согнуты в локтевом суставе так, чтобы предплечья в горизонтальном положении были направлены вперед; кисти повернуты ладонью вверх, пальцы вытянуты и расставлены. Техника исполнения. Представить, что на каждой ладони лежит по пружине, которую надо сжать. Пружины тугие, поэтому приходится делать большие усилия. Движения должны быть медленными, но с большим напряжением. Как только пружины оказываются сжатыми до конца, пальцы не выдерживают усилия: они произвольно разжимаются, и освобожденные пружинки выскакивают из рук вверх. Они падают, их надо поймать и вновь начать упражнение. Музыкальное сопровождение в размере 4/4. На протяжении четырех четвертей первого такта сжимаем пружинки, на первой четверти второго такта резким движением выпускаем их, а во время второй, третьей и четвертой четвертей второго такта ловим. При исполнении необходимо все время видеть «пружинки».

Упражнение 2.3. «Назойливая муха».

Исходное положение: построение «стайкой»; руки согнуты в локтях, кисти перед собой ладонями вверх, пальцы широко расставлены. Техника исполнения. - Резким движением сжать пальцы в кулаки, затем медленно разжать. На первой четверти «ловим муху», на второй и третьей четвертях, медленно раскрывая кулак, смотрим, поймана ли она: оказывается, что не поймана; тогда на четвертой четверти ищем муху, для того чтобы в первой четверти следующего такта снова схватить ее. Разжимать кулак следует так, чтобы подушечки пальцев скользили по ладони, медленно разворачиваясь до полного выпрямления, т. е. до исходного положения. Повторяем несколько раз подряд. Лучше, если упражнение будет выполняться сначала правой рукой, потом левой, затем обеими руками. Музыка — в размере 4/4, в первой четверти — резкая, в последующих — плавная.

Упражнение 2.4. «Когти».

Исходное положение: построение «стайкой»; руки согнуты в локтях, кисти перед собой, ладони направлены вниз, пальцы широко расставлены и вытянуты до предела. Техника исполнения. Медленно сгибать пальцы, сжимая их в кулак, а затем медленно выпрямлять до исходного положения. Сгибать пальцы надо так, как будто это когти хищной птицы, которая медленно захватывает добычу и потом медленно выпускает, раскрывая когти. Повторить несколько раз подряд. Музыка — в размере 4/4. Методическое указание. Следить, чтобы упражнение выполнялось с большим мышечным напряжением в кистях и пальцах.

Упражнение 2.5. «Прошу — не надо».

Исходное положение: построение «стайкой»; руки согнуты в локтях так, чтобы предплечья находились на уровне пояса; кисти свободно опущены вниз ладонями к себе. Техника исполнения. Круговым движением (в лучезапястных суставах) развернуть ладони: к себе, наверх, вперед. Этим движением надо как бы сказать воображаемому партнеру: «Прошу вас» или «Дайте мне это» и т. п. Затем развернуть ладони в обратном, направлении, как бы говоря: «Не надо», или «Не подходите». Музыкальное сопровождение — медленный вальс. Каждое движение исполняется за один такт, медленно и с небольшой задержкой в конечных моментах первой и второй фаз. Методические указания. Объяснить занимающимся, что разворачивание кистей — только моторное упражнение; оно, конечно, полезно, так как развивает гибкость лучезапястного сустава, но если его выполнить с определенной сценической задачей, то можно превратить в действие, и это сделает руки выразительными. Достаточно тончайших, едва уловимых изменений в деталях, чтобы придать формальной схеме движения смысловую и эмоциональную окраску.

Упражнение 2.6. «Протираем зеркало».

Педагог говорит ученикам, что перед каждым из них стоит зеркало шириной приблизительно в метр и высотой в рост ученика. Это зеркало надо протереть от пыли. Кисть руки является как бы тряпкой, которой вытирают пыль. Исходное положение: ноги расставлены шире плеч; предплечье правой руки — в верхнем левом углу зеркала; ладонь направлена вперед, пальцы повернуты влево и сомкнуты. Музыка, под которую выполняется упражнение, должна быть медленной и в размере 3/4. Техника исполнения. Правая рука делает движение слева направо (первый такт); достигнув верхнего края зеркала (на втором такте), разворачивается в обратном направлении и делает движение справа налево. Достигнув левого края зеркала, рука вновь разворачивается и делает движение в обратном направлении (третий такт). Наконец, на четвертом такте делается движение справа налево. Первое движение делается на уровне лица, второе — на уровне груди, третье еще ниже — на уровне пояса и четвертое — на уровне колен. Ладонь при этих движениях повернута от себя, т. е. наружу. В начале следующей музыкальной фразы кисть, разворачиваясь ладонью к себе, делает те же движения, но в обратном направлении, т. е. сначала на уровне колен, затем на уровне пояса, на уровне груди и, наконец, на уровне лица. Ладонь повернута к себе (вытирание зеркала тыльной стороной кисти). Далее рука опять разворачивается ладонью к зеркалу, и все движения начинаются, как и в первый раз, сверху, из левого верхнего угла. Тело, опережая движение руки, отклоняется в ту сторону, в которую движется рука. Затем упражнение делается левой рукой. Первое движение левая рука начинает из правого верхнего угла и движется справа налево.

После разучивания техники каждой рукой в отдельности надо выполнить

упражнение одновременно обеими руками. Причем обе руки должны двигаться в одном направлении. Начинаем с левого верхнего угла, потом делаем то же, начиная с правого верхнего угла. При исполнении упражнения обеими руками опускаемся на одно колено, а затем поднимаемся непре-рывными, плавными движениями.

После того как упражнение разучено, исполняется верно и легко, педагог предлагает теми же движениями, под ту же музыку вытереть зеркало другого размера — равное полуметру в ширину и полуметру в высоту (т. е. перед учениками воображаемый квадрат). Затем зеркало можно еще уменьшить. Ученикам придется передавать тот же рисунок движений руками, но изменять амплитуду в соответствии с размером воображаемого зеркала.

5. СЛОЖНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ.

В творческой практике организации действия на сцене возможны самые различные формы координации.

1. Исполнитель на сцене один, и ему приходится координировать и согласовывать различные движения при выполнении того или иного действия:
 - а) подходит к столу, берет книгу, листает страницы, садится на стул, начинает читать;
 - б) слышит за окном шум, закрывает книгу;
 - в) встает со стула, подходит или подбегает к окну, смотрит, что произошло;
 - г) кладет книгу на стол, подбегает к вешалке, снимает плащ и выбегает из комнаты.

Все движения и паузы должны быть четко организованы во времени и пространстве в зависимости от предлагаемых обстоятельств. Это неременное условие координации.

2. Исполнителю приходится координировать с партнером простые, однозначные движения.

Примеры подобных простейших упражнений даны и в программе для 1 -го ласса.

3. Исполнителю приходится координировать сложные движения с однозначными движениями партнеров и наоборот.

Пример упражнения

Партнеры сидят друг против друга на расстоянии 2-3 м. Назовем их А и Б.

А	Б
1) Поднимается со стула;	поднимается со стула и одновременно засовывает руки в карманы брюк (сложная координация). Оба движения выполняются синхронно с партнером.
2) Медленно наступает 4 шага;	синхронно отступает 4 шага и одновременно показывает пустые карманы брюк (сложная координация).
3) Медленно снимает куртку, бросает на стул, засучивает рукава;	вынимает из кармана куртки конфету и предлагает партнеру (простая координация).

4. Партнерам приходится координировать простые и сложные движения в зависимости друг от друга.

А	Б
1) Поднимается со стула; 2) Медленно наступает 3 шага;	поднимается со стула, отступая 3 шага, снимает куртку и кидает ее на стул

	(сложная координация),
3) Отступая 3 шага, снимает куртку и тоже кладет ее на стул (сложная координация);	наступает 3 шага и одновременно засучивает рукава.
4) Медленно наступает 4 шага;	медленно отступая, вынимает из кармана брюк нож и раскрывает его.
5) Медленно отступает 3 шага, засучивает рукава, тоже вынимает нож и раскрывает его;	Пауза.
6) Партнеры одновременно складывают ножи, прячут их в карманы, опускают рукава рубашек, надевают куртки и расходятся в разные стороны.	

В этих вариантах (они могут быть и другими) важно соблюсти логику поведения. Обязателен также момент согласованности и совпадения или иных групп движений партнеров во времени и пространстве. Однако в приведенных примерах точное время, затраченное партнерами на выполнение согласованных движений, пока еще не было определено. Если же в упражнении будет задана скорость отдельных движений или групп движений, выполняемых исполнителями, и пауз между ними, возникнет необходимость наиболее сложной и точной организации сценического действия.

В спектаклях возможны самые разнообразные варианты координации. Особенно важен момент координации в массовых сценах, когда группе исполнителей приходится согласовывать свои движения с одним или двумя исполнителями.

6. ТОЧНАЯ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЧИ И ДВИЖЕНИЯ. (Навыки координации движений с работой речевого аппарата, регулировка мышечных напряжений (преодоление "зажима").

Цикл упражнений "Шпагу мне!"

Способность к точной и последовательной организации речи и движения является важным качеством исполнителя.

Действие на сцене должно развиваться таким образом, чтобы движение исполнителя органично сочеталось с его речью, а речь, в свою очередь, естественно продолжалась бы движением. Такое гармоническое сочетание речи и движения является непременным условием поведения на сцене.

Одно из упражнений, тренирующих способность органично сочетать движение и слово в точно организованном, динамически развивающемся рисунке, заключается в следующем. Ученик располагается в одном из углов зала, в другом, по диагонали, находится педагог (а в дальнейшем - кто-либо из студентов). У педагога в руках две

шпаги. Ученик требует: "Шпагу мне!" Педагог отвечает: "Лови!" - и бросает так, чтобы учащемуся удобно было поймать ее правой рукой за рукоятку. Получив шпагу, учащийся быстро перекладывает ее в левую руку и произносит: "Другую!" Педагог отвечает: "Лови!", - бросая ему другую шпагу. Ученик ловит ее правой рукой, прыгает вверх, хорошо группируясь в прыжке, одновременно ударяя шпагой о шпагу, и, опустившись на пол (принимая любое положение, выражающее готовность вести бой), отвечает: "Готово!"

Это упражнение имеет определенный динамически развивающийся

эмоциональный строй и заканчивается словом: "Готов!", произносимым крещендо.

У каждого исполнителя может быть свой, только ему присущий внутренний ритмический строй. Однако ритм упражнения задает педагог. После фразы "шпагу мне" педагог может мгновенно ответить "лови" и тут же быстро бросить шпагу, может ответить через 1 -2 секунды или 3-4 секунды. Промежуток времени между требованием учащегося "шпагу мне" и ответом педагога "лови" и создает тот ритмический строй, который должен быть отправной точкой для дальнейшего развития всего действия, заканчивающегося возгласом "готов".

В дальнейшем упражнение усложняется. Учащийся произносит фразу "шпагу мне", одновременно вскакивая на стол, стоящий в противоположной стороне от педагога, финальный возглас "готов" произносится во время прыжка со стола.

7. ОБУЧЕНИЕ РАВНОМЕРНОМУ НЕПРЕРЫВНОМУ ДВИЖЕНИЮ. ВОСПИТАНИЕ ПЛАСТИЧНОСТИ И МУЗЫКАЛЬНОСТИ (создание определенного сценического самочувствия, пластической выразительности, понимание характера и ритма музыкального сопровождения).

Цикл упражнений "Накрыть плащом"

Эти упражнения, в отличие от предыдущих, рассчитанных на тренировку эмоциональности, быстроты реакции, особой ритмичности, ставят своей задачей воспитать в исполнителе умение равномерно, медленно, непрерывно двигаться при выполнении конкретной задачи.

Один из учащихся, "сраженный в поединке", лежит на полу, справа от него, около кисти правой руки, лежит шпага. Другой учащийся подходит к лежащему, накрывает его плащом и опускается перед ним на колени.

Сами по себе предлагаемые обстоятельства создают определенную атмосферу, обуславливают самочувствие и поведение учащихся. Сначала весь рисунок движения показывает 1 -2 раза сам педагог. Движения просты, но предельно точны. Затем каждый должен выполнить все именно так, как показал педагог (имеется в виду техника исполнения движения и его рисунок).

Упражнение состоит из нескольких этюдов.

Учащийся располагается в 5-6 метрах от лежащего партнера, на его левую руку наброшен плащ - это исходное положение. Затем:

- а) подходит к ногам лежащего и останавливается на расстоянии 1 м так, чтобы правая нога была несколько выставлена вперед;
- б) 2, 3, 4, 5 секунд пауза (по усмотрению исполнителя);
- в) раскрывает плащ перед собой так, чтобы он был направлен влево (пальцы обеих рук держат крепления плаща);
- г) вращательным движением левой руки (слева направо) накрывает "убитого" (если учащийся находится слева от партнера, правая рука является как бы центром окружности) и одновременно опускается перед ним на колени. В каждом отдельном случае плащ может располагаться по-разному: открыто только лицо - ноги, корпус и руки накрыты; открыто лицо и правая рука; открыта правая рука; открыта кисть правой руки; накрыто все тело и т.д.

Далее упражнение усложняется. Учащимся предлагается перед началом упражнения задрапироваться в плащ:

- а) плащ накинут на плечи;
- б) плащ накинут на плечи и брошен на обе руки;
- в) плащ накинут на плечи и брошен на левую руку;
- г) запахнуться плащом, левая рука свободна;
- д) запахнуться плащом, обе руки свободны;
- е) плащ в левой руке, опущен на пол, скользит при движении по полу и т.д.

Эти варианты помогают правильно найти осанку, походку и создают определенное сценическое самочувствие у исполнителя.

Особую живописность придает упражнениям сочетание контрастных цветов одежды и плаща.

При исполнении упражнений нужно фиксировать внимание только на партнере, так как взгляд, брошенный в сторону или на плащ, отвлекает от действия.

Первые два варианта были подготовительными к основному, в котором воспитывается, наряду с перечисленными ранее навыками, способность учащегося двигаться в музыке и с музыкой, ощущая ее ритм и характер. Движение должно начаться и закончиться одновременно с музыкальной фразой.

Учащийся прослушивает один-два раза ту или иную мелодию, состоящую из 16 тактов, и мысленно распределяет все движения от начала до конца упражнения. Затем кивком головы дает понять, что готов к выполнению упражнения. Такая методика в работе над упражнением или этюдов под музыку без предварительной подготовки тренирует в учащемся способность внутренне ощутить все действия и движения. В будущей работе режиссера при постановке музыкальных сцен в спектакле способность к восприятию и выполнению задания без предварительной тренировки создает творческую атмосферу на репетиции и сокращает репетиционный процесс.

В каждом отдельном случае для исполнителей проигрываются разные мелодии лирического, романтического, трагического характера. Благодаря этому повторение и однообразие в исполнении учащимися всего упражнения почти исключается.

8. ВОСПИТАНИЕ "ВЗРЫВНОСТИ", БЫСТРОТЫ, ЧУВСТВА ПЛАСТИЧЕСКОЙ ФОРМЫ.

Цикл упражнений "Убегаю-догоняю"

В упражнении участвуют два человека. Они располагаются в одном из углов зала (для построения мизансцены по диагонали) на расстоянии 2-3 метров друг от друга. Первый, предельно мобилизовавшись, убегает от второго - "преследователя". Второй, "преследователь", гонится за ним и резко бросает в него "камень" с возгласом "попал!", что является сигналом партнеру для фиксации удара (в затылок или в спину). Но это лишь начало действия. Далее следует его развитие и окончание, составляющее суть упражнения.

На первых занятиях ученики выполняют предложенный педагогом вариант развития и окончания упражнения, а в дальнейшем сочиняют их сами. Данное преподавателем или найденное исполнителями эмоциональное и психологическое развитие действия должно быть логично, оправданно и воплощено в точном пластическом и ритмическом рисунке движения. Учащимся предоставляется полная свобода в сочинении развития и окончания упражнения. В этом случае не только раскрывается способность найти выразительное движение, но и определяется психологический склад ученика.

Примечание: убедительными в этом упражнении будут лишь те учащиеся, которые сумеют стремительно взять старт "убегаю-догоняю". Медленное и вялое начало сразу же губит упражнение.

Примеры развития и окончания упражнения "убегаю - догоняю" I

- 1) "Удар в спину".
- 2) Фиксация.
- 3) 2 секунды пауза.
- 4) Медленно опуститься на колени.
- 5) 2 секунды пауза.
- 6) Произвольное падение.

II

- 1) "Удар в затылок".
- 2) Фиксация.
- 3) 3 секунды пауза.
- 4) Медленно повернуться лицом к "противнику".
- 5) Двинуться по направлению к нему медленно (2-3 шага).
- 6) 2 секунды пауза.
- 7) Падение. В момент падения "противника" (он находится в 3-4 см от партнера) подбегает, подхватывает падающего, медленно опускает его и одновременно становится перед ним на колени. Возможны другие варианты данного упражнения.

С момента начала упражнения и до конца оба партнера находятся в состоянии действия. Очень важно, чтобы финал упражнения был пластически законченным и выражал определенную мысль. Педагог в течение некоторого времени может просить зафиксировать финальное положение, проверяя, в какой мере внешняя форма насыщена содержанием.

9. РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ПАДЕНИЙ, СОЧИНЕННЫЕ САМИМИ УЧАЩИМИСЯ.

В течение II класса продолжается работа по теме "Различные виды падений". Учащиеся выполняют более сложные падения со стула, со стола и т.д. В этих упражнениях проявляется их фантазия, способность самостоятельно сочинить сложные и разнообразные виды падений, связанные с каким-то действием.

Примеры этюдов

"Сигнал". На "бугор" вскакивает ученик с флажком и начинает сигналить. Раздается "выстрел", учащийся фиксирует ранение, роняет флажок, медленно опускается на колени, падает на стол и со стола на пол.

"Дуэлянты". На двух столах (помостках), на расстоянии 3-4 м друг от друга, стоят дуэлянты. Одновременно они начинают целиться из пистолетов. Звучит первый выстрел. Один из дуэлянтов фиксирует ранение в грудь, зажимая левой рукой рану, медленно опускается на колени, продолжает целиться и стреляет. Звучит второй выстрел. Второй дуэлянт фиксирует ранение в живот и быстро падает на пол. Первый роняет пистолет, падает на стол, и затем со стола на пол.

Этюды, сочиняемые учащимися, могут быть выполнены в самых разнообразных жанрах, на различные темы, например: "На рыбалке", "Тачанка", "Погоня" и т.д. После выполнения сложного и интересного по рисунку этюда учащемуся предлагается тренировать его, добиваясь максимальной точности и выразительности.

10. СТИЛЕВЫЕ НАВЫКИ.

Учащимся театральных отделений школ искусств необходимо знать стилевые особенности поведения, характерные для русского и западноевропейского

общества XVI- XIX вв. Эти занятия нужны при работе над пьесами классического репертуара. Педагогу необходимо подобрать комплекс упражнений, включающих в себя поклоны (испанский, французский, русский) и приветствия.

11. КОНТРОЛЬНЫЙ УРОК.

На заключительный контрольный урок выносятся все упражнения, пройденные за год, однако структура их может меняться.

4 КЛАСС

1. ВВЕДЕНИЕ.

К.С. Станиславский, В.Э. Мейрхольд, Е.Б. Вахтангов, А.П. Таиров о тренировке и выразительности актера.

Особые пути тренировки и воспитания пластической выразительности учащегося.

2. ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО МАТЕРИАЛА.

3. ТРЕНАЖ ФИЗИЧЕСКОГО АППАРАТА.

В 4 классе тренировочный комплекс разминки включает в себя более сложные упражнения на укрепление мышечного аппарата и состоит в значительной степени из сложных акробатических и гимнастических движений и комбинаций.

4. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИЖЕНИЯ ВО ВРЕМЕНИ И ПРОСТРАНСТВЕ

(умение логически обосновать любое движение).

Мастерство исполнителя и режиссера во многом определяется способностью и умением точно, в определенный отрезок времени организовать и выполнить пластический рисунок роли и мизансцены.

При исполнении упражнений на данную тему учащемуся заранее предлагается ритмический и пластический рисунок движения, который он должен выполнить без предварительной репетиции.

Например.

Учащийся сидит на стуле и читает газету.

На расстоянии 5-6 м от него расположено окно (воображаемое).

Спустя некоторое время (3-10 сек.) педагог подает сигнал-хлопок в ладоши (что-то произошло на улице).

Ученик реагирует на сигнал. Подходит или подбегает к окну.

Всматривается (что именно произошло на улице).

Возвращается на место, убегает или уходит из комнаты - в зависимости от задания.

Примеры упражнений

Упражнение 1

- 1) Ученик сидит на стуле, читает газету.
- 2) Сигнал (хлопок в ладоши), быстрая реакция, поднял голову.
- 3) Пауза 4 секунды.
- 4) Поднимается, опускает газету на стул за 4 сек.
- 5) 5 секунд пауза.
- 6) Приседает, быстро подбегает к окну.
- 7) 3 секунды пауза.
- 8) Медленно приподнимается.
- 9) Смотрит в окно 6 секунд.
- 10) Во второй скорости возвращается на место и продолжает читать газету.

Упражнение 2

- 1) Ученик сидит и читает.
- 2) Сигнал, быстрая реакция, бросает газету.
- 3) 6 секунд пауза.
- 4) Пригибается, в первой скорости медленно крадется к окну.
- 5) 5 секунд пауза.
- 6) Медленно приподнимается.
- 7) Смотрит в окно 4 секунды.
- 8) Быстро убегает из комнаты.

В дальнейшем задания могут быть более сложными. Например, перед "окном" ставится стол (предполагается, что "окно" расположено высоко).

Упражнение 3

- 1) Ученик сидит и читает.
- 2) Сигнал, быстрая реакция, бросает газету.
- 3) 6 секунд пауза.
- 4) Не выпрямляясь (в группировке), в первой скорости, подкрадывается к столу.
- 5) 3 секунды пауза.
- 6) Опираясь обеими руками о стол, вскакивает на него (оставаясь в группировке).
- 7) 3 секунды пауза.
- 8) Медленно приподнимается.
- 9) Смотри в окно 3 секунды.
- 10) Сигнал ("пуля в живот"), фиксация, произвольное падение на стол и со стола на пол.

Логическое оправдание движений, входящих в упражнения, зависит от воображения, находчивости и способности ученика ориентироваться в предлагаемых обстоятельствах.

5. РАЗВИТИЕ ФАНТАЗИИ, ЧУВСТВА КОМПОЗИЦИИ И ПЛАСТИЧЕСКОЙ ФОРМЫ (достижение взаимосвязи общей подвижности тела, его пластики и эмоционального содержания композиции).

Цикл упражнений "Набросить плащ"

В основе всех упражнений-этюдов данного цикла лежит активное действие.

Исходное положение: два ученика А и Б стоят друг против друга на расстоянии 1-1,5 м (в зависимости от роста партнеров) по диагонали.

А	Б
Стоит лицом к зрителям, левая нога выставлена вперед на расстоянии шага, рука со шпагой опущена вниз;	стоит спиной к зрителям, левая нога выставлена вперед, обеими руками держит плащ за верхние крепления (руки на расстоянии 30-40 см одна от другой, опущены вниз), в правой руке кинжал.

Предварительная часть этюда задана педагогом и состоит из четырех движений (сначала тренируется каждое движение в отдельности, а затем вся предварительная часть).

	А	Б
1)	Выпад правой ногой вправо, вперед;	выпад правой ногой вправо, параллельно партнеру.
Пауза. Встать в исходное положение.		

2)	Повторяется выпад правой ногой вправо, с замахом на удар шпагой справа сверху (наотмашь);	повторяется выпад правой ногой вправо параллельно партнеру и одновременно обеими руками поднимается плащ до уровня головы "противника".
Пауза. Встать в исходное положение.		
3)	Выпад правой ногой вперед, вправо, с замахом на удар шпагой справа сверху (повторение 2-го движения), фиксация удара;	одновременно с выпадом набросить обеими руками плащ на голову "противника" Замах кинжалом и удар в спину с одновременным ударом каблука правой ноги об пол (сигнал для реакции партнера на удар)

На этом заканчивается предварительная часть, обязательная для всех упражнений. После удара кинжалом и фиксации его, учащиеся самостоятельно сочиняют развитие и окончание этюда (в пределах 4-6 движений).

Примечание: движение кинжала направлено параллельно корпусу и скрыто от глаз зрителей. Техника удара должна быть безопасной.

Примеры окончания этюда I

- 1) Б отскакивает назад на 2-3 шага.
- 2) А медленно опускает обе руки вниз.
- 3) 3 секунды пауза.
- 4) Роняет шпагу.
- 5) Скрывает правой рукой плащ, бросает в лицо партнеру и падает к его ногам:

II

- 1) Б отходит назад.
- 2) А расслабляет руки.
- 3) 2-3 секунды пауза, шпага падает.
- 4) Делает несколько шагов на расслабленных ногах по направлению к партнеру (плащ сброшен).
- 5) 2-3 секунды пауза.
- 6) Опускается на колени и падает вперед, раскинув руки. Развитие и окончание этюдов в зависимости от способности и склонностей учащихся может быть драматическим, комедийным, эксцентрическим и т.д. Однако каждый из предложенных вариантов должен быть оправдан.

6. РАБОТА С ПРЕДМЕТОМ.

- 1) жонглирование однородными и разнородными предметами;
- 2) работа с плащом, шляпой, цилиндром, веером, тростью, шарфом и др.;
- 3) взаимодействие с бытовыми предметами – чайник, коробка, ваза, утюг, стакан, вешалка, зеркало, расческа и прочие;
- 4) работа с шестом, ножом, палкой, шпагой (приемы сценического боя), Работа над этюдами.

7. ВОСПИТАНИЕ СПОСОБНОСТИ ДВИГАТЬСЯ В МУЗЫКЕ И С МУЗЫКОЙ.

Предлагаемые в этом разделе варианты упражнений-этюдов помогают приблизиться к решению трудной для драматического актера задачи органической жизни в музыке в условиях драматического спектакля.

Примеры упражнений-этюдов

Учащиеся прослушивают несколько раз музыкальное произведение, состоящее из двух равных по тактам (16-20) музыкальных частей. Мелодия проигрывается концертмейстером несколько раз в четырех вариантах:

- а) обе части исполняются медленно;

- б) обе части исполняются быстро;
 в) первая часть (16 тактов) исполняется быстро, вторая часть (16 тактов) исполняется медленно;
 г) первая часть (16 тактов) исполняется медленно, вторая часть (16 тактов) исполняется быстро.

Примечание: мелодия должна быть не танцевальной и, по возможности, "нейтральной" (примером могут служить "Весенняя песня" Мендельсона или "Юмореска" Дворжака).

Затем ученику или группе учащихся (не более 3-х человек) дается задание сочинить этюд, в котором было бы точно обозначено начало, развитие и окончание действия. Первая часть действия должна совпадать с первой частью мелодии, вторая - со второй, причем переход ко второй части (развитие и окончание этюда) должен быть логически оправдан.

Этюд выполняется четыре раза в соответствии с музыкальными вариантами: весь этюд медленно, весь этюд быстро, первая часть этюда быстро, вторая медленно, первая часть медленно, вторая быстро. Во всех четырех вариантах пластический рисунок движений не должен меняться.

Этюд "Птицелов"*

I. Обе части исполняются медленно	
<i>Движение</i>	<i>Оправдание</i>
Входит птицелов с силками. Оглядывается, ставит силки, отходит в сторону, следит за полетом птицы (эти движения совпадают с первой частью музыкальной фразы), дергает за веревку (это движение должно совпадать с началом второй частимелодии): птица в силках! Птицелов подходит к силкам, берет пойманную птицу и уходит (вторая часть мелодии заканчивается).	Торопиться некуда: работа привычная, не в первый раз.
II. Обе части исполняются быстро	
<i>Движение</i>	<i>Оправдание</i>
Те же движения, что и в первом варианте, выполняются быстро (однако их связь и органическая линия поведения не должны нарушаться).	Времени мало, уже темнеет. Спешит. Обрадован, что поймал птицу - удача! Бежит домой.
III. Первая часть исполняется быстро, вторая - медленно	
<i>Движение</i>	<i>Оправдание</i>
Движение, как и во втором варианте, до того как дернул за веревку, выполняется быстро; после того, как дернул за веревку и капкан с птицей захлопнулся - медленно.	Как и во втором варианте - торопится (первая часть). Удача! Птица в клетке, но разочарованный (не та птица), он медленно уходит.
IV. Первая часть исполняется медленно, вторая - быстро	
<i>Движение</i>	<i>Оправдание</i>
Первая часть этюда, как и в первом варианте, выполняется медленно. Вторая часть - дергает за веревку и т.д. (ее начало совпадает с началом 2-й части мелодии) - выполняется быстро в темпо-ритмическом соответствии с музыкой.	Не надо шуметь и торопиться (можно спугнуть птицу), действует осторожно (1-я часть). Птица в капкане - радость! Спешит домой (2-я часть).

Все 4 варианта этюда могут в дальнейшем исполняться без музыки, но с обязательным соблюдением всех условий упражнения. В этом случае "внутренний слух" учащегося помогает выполнить этюд музыкально.

Подобные этюды развивают музыкальность, ритмичность, воображение, художественный вкус и пластическую культуру учащихся; воспитывают их способность гармонично действовать в музыке, сочетая пластику движений с музыкальным ритмом, и находить в каждом отдельном случае оправдание того или иного поступка (действия).

8. СОЧИНЕНИЕ УЧАЩИМИСЯ ЭТЮДОВ ПО РАЗДЕЛАМ КУРСА.

После освоения материалов учебного года учащимся предлагается выполнить самостоятельные задания по пройденному курсу (включая этюды).

9. ЗАЧЕТ.

На зачет выборочно выносятся упражнения и этюды всего пройденного курса - как предложенные педагогом, так и сочиненные самими учащимися. Могут быть предложены и новые задания. Качество их исполнения свидетельствует о готовности учеников к самостоятельному творчеству.

Оценивается:

- 1 - восприятие, осмысление и исполнение задания, данного педагогом,
- 2 - оригинальность замысла и точность исполнения упражнения или этюда, сочиненного учеником,
- 3- органичность поведения и артистичность исполнения всех упражнений и этюдов.

Помимо заданий практического характера педагог может на зачете задавать вопросы, связанные с теоретической частью курса.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Вербицкая А. В. Основы сценического движения. - М.: ГИТИС, 1982.
Карпов А. С. и др. Воспитание правильной осанки. - М: Физкультура и спорт, 1968. Кнебель М. О. Поэзия педагогики. - М.: ВТО, 1976.
Кох И. Э. Основы сценического движения. - М.: Искусство, 1970. Кудашева Т. Н. Руки актера. - М.: Просвещение, 1970.
Морозова Г. В. Сценический бой. - М.: Искусство, 1975.
Немеровский А. Б. Пластическая выразительность актера. - М.: Искусство, 1976.
Руднева С. Д., Фиш Э. М. Ритмика. Музыкальное движение. - М.: Просвещение, 1972.