МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ФЕДОРОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

ФИЛИАЛ «УЛЬТ-ЯГУНСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

**Методическая работа на тему: «Освоение приемов падения, борьбы и переноски человека на сценической площадке».**

Выполнила:

Огородова С.К.

Преподаватель

театрального искусства

Филиала МБОУ ДО

«Федоровская ДШИ»

«Ульт-Ягунская ДШИ»

с.п. Ульт-Ягун

2020г

**Содержание:**

1. Введение……………………………………………………………………3
2. Освоение приемов падения, борьбы и переноски человека на сценической площадке……………………………………………………..4
3. Техника падений……………………………………………………………4
4. Особенности приемов сценической борьбы………………………………6
5. Приемы поднимания и переноски человека на сцене…………………….9
6. Заключение………………………………………………………….……10
7. Библиографический список……………………………………………....11

**Введение:**

Все движения актера на сцене должны быть точными, выразительными и ясными. Очень важно, чтобы каждый жест, каждое изменение положения тела были органичны, логичны и целесообразны в предлагаемых обстоятельствах роли.

Неотъемлемой частью работы актера над собой является поиск внешней характерности движений (осанка, походка, жесты).

Верное творческое раскрытие внутренней жизни образа и его внешнее воплощение требуют от актера наличия внутренней и внешней техники. Исполнитель должен свободно владеть своим телом на сцене.

В самодеятельных театральных коллективах не всегда есть возможность организовать занятия с привлечением специалистов по различным видам движения. Но в учебный план работа по движению обязательно должна быть включена. Это специальные занятия по сценическому движению, гимнастике, ритмике, танцу. План работы коллектива должен содержать так называемый «Туалет актера», и хорошо, если он станет неотъемлемой частью работы по мастерству актера. Руководителю необходимо «приохотить» участников проводить «туалет» постоянно перед занятиями и репетициями, приучать к самостоятельной работе над совершенствованием своего тела, движений. Для этого актёрам необходимо давать задания для самостоятельной работы.

Работа над совершенствованием движений должна быть регулярной, систематической, что будет способствовать повышению культуры движения исполнителя.

**Освоение приемов падения, борьбы и переноски человека на сценической площадке.**

Исполнение на сцене падений от разных причин (обморок, толчок в спину, или грудную клетку, ранение, удар) или сопротивлений (борьба, драка, дуэль, поднимание и переноска человека во время спектакля) требуют от исполнителя переделённых навыков и специальной техники.

Во-первых, требуется большая точность всех движений и согласованность с партнером.

Во-вторых, необходимо обеспечить полную безопасность и безболезненность всех приемов и для тех, кто является исполнителем (при падениях), и для партнеров (при захвате, ударе), и для зрителя (чтобы оружие вдруг не выскользнуло из рук).

При подготовке к падениям и сопротивлениям требуется изучение и совершенствование гимнастических и акробатических упражнений, а также упражнений на мышечное освобождение. Какие упражнения помогают развить нужные навыки и физическую подготовку?

- гимнастические: упоры, выжимания, выпады, махи;

- упражнения на мышечное освобождение: постепенное и внезапное напряжение и расслабление мышц, освобождение от физического напряжения с сохранением внешней формы движения;

- акробатические упражнения: кувырки, перекаты, стойки на плечах, кистях, на голове, перегибания корпуса и мосты. Каскадные прыжки, парные и групповые поддержки, перекаты, переброски.

**Техника падений.**

Для того, чтобы на сцене падать смело, безболезненно и правдиво, нужно овладеть некоторыми навыками.

1. Умение напрягать и расслаблять не только все тело, но и отдельные группы мышц (рук, ног, шеи, спины) в любом чередовании.
2. Умение амортизировать силу падения, используя при этом пружинистость мышц, повороты, перекаты, скручивания, скольжение и другие приемы.
3. Приобретение навыка защиты от ударов суставов рук и ног , а также груди, живота и головы.

При изучении любого падения исполнителю нужно постепенно привыкать к высоте падения, и усложнять приемы выполнения этого упражнения. Рассмотрим некоторые виды тренинга.

- Сидя на полу у стены расслаблять мышцы рук, ног, шеи, корпуса поочередно. Сначала упражнение на расслабление делается медленно, затем более быстро.

- Исходное положение то же, что и в первом упражнении. Медленно сгибать и складывать отдельные суставы рук, ног, сначала постепенно, потом мгновенно.

- Исходное положение: стоя. Быстро присесть и максимально сгруппироваться, затем выпрямиться.

- Лечь на пол, из этого положения поднять руку или ногу и расслабляя мышцы уронить на пол, СДЕРЖИВАЯ ПАДЕНИЕ, последовательно сгибая суставы.

- сесть на стул и постепенно сгибаясь вперед и опускаясь на правую руку и ногу, перекатиться на правый бок и на спину. (рис.1)



*Рисунок 1*

Упражнения следует исполнять сначала на гимнастическом мате, или акробатическом мате (матрасе), затем на ковре или подстилке и только потом на полу (кроме переворотов через голову).

При падении от удара исполнитель после условного удара должен сильно напрячь все тело, особенно в том месте куда был направлен условный удар, сделать быстрый глубокий вдох, немного задержать дыхание и только после это, уже с постепенным выдохом выполнять все движения падения, постепенно расслабляя все мышцы. Полностью расслабить мышцы при падении возможно только когда тело лежит на полу или на какой-либо другой опоре.

Определяя способ падения в спектакле, необходимо учесть учитывать смысловое развитие действия, условия сценической площадки, характерность героя, его костюм, и особенно техническую подготовленность исполнителя.

**Особенности приемов сценической борьбы.**

Формы физического столкновения героев на сцене могут быть разнообразны, это может быть удар или толчок, борьба или драка, дуэль и многие другие варианты.

Борьба может происходить без оружия или с его наличием. Оружие может быть холодным или огнестрельным, это может быть и другой предмет, который будет играть роль оружия, например палка или стул.

Выстраивая на сценической площадке сцены столкновения, нужно помнить, что зритель должен понимать причины этих действий, то есть момент возникновения борьбы, сам процесс борьбы, развитие, кульминация, перелом, окончание борьбы, развязка. Зрителю должны быть понятны и видны реакция участников столкновения и окружающих лиц. Сценическая борьба должна быть убедительна и логично выстроена.

Всякий замах должен быть виден зрителю и понятен, а вот удар, который фактически не наносится партнеру, выполняется различными способами, например его можно задержать и лишь легонько задеть партнера, или вообще провести мимо. Важно ни в коем случае не причинить боли и вреда партнеру.

Партнер же должен очень точно воспринять этот условный удар и дать верную и правдоподобную реакцию на него: он может отклониться или защититься, упасть, например так, чтобы падение продолжило движение партнера с учетом силы и направления удара.

Все движения актёров должны быть строго согласованны и ни в коем случае не могут быть случайными, особенно на сценической площадке.

Элементы сценической борьбы нужно начинать изучать в медленном темпе, постепенно, каждый отдельно. Ускорять темп и ритм до нужного можно только после того, как все участники будут выполнять движения точно и согласованно. Все это требует заблаговременной и длительной подготовки.

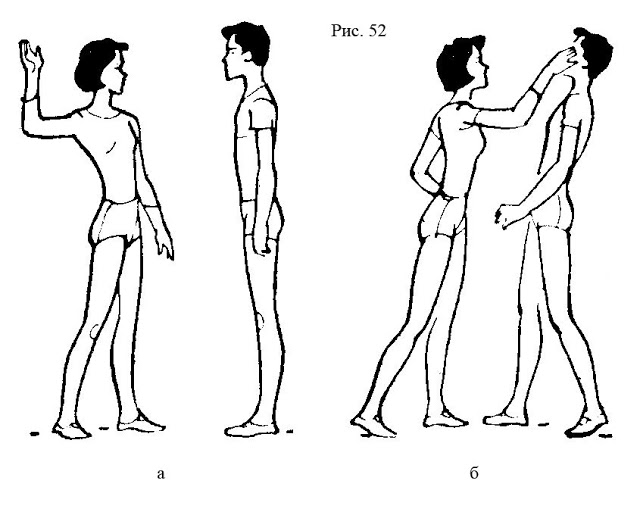
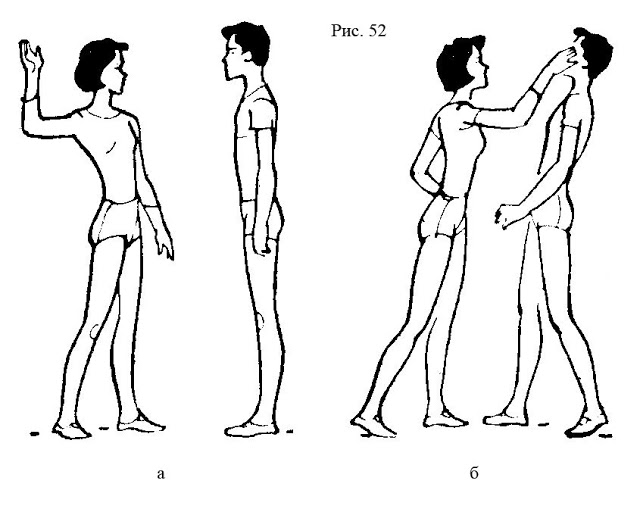
Рассмотрим подготовительную работу на примере сценической пощечины.

**Сценическая пощечина.**

*Исходное положение:* группа построена в две шеренги, обе лицом к учителю; свободная стойка.

*Первый этап.* Техника «удара по щеке».

Замахнуться правой рукой справа-сверху, для того чтобы нанести удар ладонью по левой щеке партнера (рис. 2, а), затем «ударить» его, для чего быстрым движением поднести ладонь почти вплотную к щеке партнера и резко остановить руку, не коснувшись щеки (рис. 2, б).

*Рисунок 2*

Повторить несколько раз.

*Методические указания.* Задачей упражнения является выработка навыка резкой и точной остановки руки в момент «удара». Этот навык необходим для соблюдения безопасности и создания иллюзии действительного нанесения пощечины.

При обучении педагог командует сначала: «Замах!», затем — «Бей!»

*Второй этап.* Реакция на полученную пощечину. Ударить правой ладонью по левой и в то же время откинуть голову назад - вправо, крикнув -«Ай!». При повторении после удара правой рукой по ладони левой быстро положить правую ладонь на левую щеку. Повторить упражнение несколько раз. Далее, после отыгранного удара, наклониться вперед и спросить: «За что?»

*Третий этап.* Сценическая пощечина в парном исполнении.

**Построение группы** — в две шеренги: первую шеренгу повернуть кругом и поставить партнеров друг перед другом на расстоянии ,1,5 м. Первую шеренгу назвать «он», вторую шеренгу — «противник».

*Исходное положение* — свободная стойка.

*Техника исполнения.* «Ему» замахнуться правой рукой для удара по левой щеке противника; «противнику» — приготовиться. «Ему» по команде «Бей!» — ударить противника. «Противнику» в момент исполнения удара отыграть получение пощечины с помощью техники, изученной на втором этапе; «противник» заканчивает действие репликой «За что?»

Повторить упражнение несколько раз.

**Методические указания.**

Необходимо добиваться точной техники в остановке руки бьющего и быстрой реакции «противника» на «удар». На этом этапе оба ученика находятся на безопасном расстоянии друг от друга и общение осуществляется только через наблюдение за действиями партнера.  
  
*Четвертый этап.* Исполнение приема на боевой дистанции.

**Построение группы** в две шеренги друг против друга на расстоянии вытянутой руки (примерно в 60—80 см).

*Исходное положение* и команды те же, что на третьем этапе. **Методические указания.**

Добиваться полной слаженности действий партнеров по темпо-ритму. Учащиеся должны как можно ближе подносить руку к щеке партнера, но не касаться лица. Получающий пощечину должен быть внимателен к удару, для того чтобы передвинуть голову назад-вправо от удара. Это действие согласуется по направлению -и силе с направлением и силой движения бьющей руки.

Для тренировки этого умения и выработки согласованности в движениях надо менять партнеров. Для этого по команде «Сменить партнера!» ученик, замыкающий шеренгу «противника», переходит на место возглавляющего шеренгу; соответственно сдвигаются все остальные, стоящие в этой шеренге. Смена партнеров позволяет тренировать способность быстрого приспособления своих движений к движениям других людей, отличающихся друг от друга ростом, длиной рук, силой и скоростью движений. Затем следует поменять учащихся ролями, с тем чтобы пощечину наносил «противник».

*Пятый этап,* заключительный. Сценическая пощечина в парном исполнении, с репликами. Проводится в виде этюда.

Каждый ученик говорит своему противнику обидные слова. Противник отвечает репликой «Что?» и следом за этим — «пощечиной». «Он» отыгрывает пощечину и произносит: «За что?» Затем «он», замахиваясь правой рукой для удара (левая ладонь прижата к левой щеке), дает противнику ответную пощечину. Противник также отыгрывает эту пощечину хлопком и движением головы.

**Методические указания.**

Упражнение следует повторить несколько раз. Затем поменять шеренги местами и снова тренировать упражнение, начиная с обидной реплики. Освоение этого этапа проводится как упражнение на развитие логичности и последовательности действий, координации речи и движений, на развитие внимания к действиям партнера и на приспособление к разным темпо-ритмам в зависимости от партнера. Нужно довести это упражнение до уровня маленького драматического этюда. Для этого добиваемся, чтобы учащиеся действовали органично, не допускали ошибок в замахе, постепенно сокращали движение руки по амплитуде и движение головы в повороте от удара. Нельзя допускать исполнения пощечины движением, проносящим кисть мимо лица партнера: рука должна остановиться около щеки и потом опуститься вниз.

Распространенной ошибкой является попытка схватиться после «отыгрывания» пощечины не за ту щеку, по которой «били». Эта ошибка свидетельствует о недостаточном сосредоточении внимания на предлагаемых обстоятельствах.

Полезно тренировать это упражнение, меняя партнеров так же, как при изучении четвертого этапа.

**Примеры поднимания и переноса человека на сцене**

При переносе и поднимании человека на сцене (это может быть партнер, который играет роль раненного, или упавшего в обморок героя), «лежачий» должен помочь поднимающему его пантеру, но делать это нужно незаметно для зрителя.

Для этого все движения обоих партнеров должны быть точно установленными, разучены и согласованы, чтобы не терялось впечатление правдивости движений.

Рассмотрим упражнение «Поднимание человека с пола».

Исполнитель лежит на полу, поднимающий партнер подходит к нему с боку и, опустившись на колено, приподнимает голову и корпус лежащего. Одну руку лежащего следует перекинуть себе на плечо, а вторую - просовываем ему под колено.

Теперь поднимающий партнер встает с колена. Лежавший должен помочь ему толчком ноги об пол и одновременно прогнуться в корпусе, плотно прижать свою руку к плечу партнёра, помогая ему подняться, и сохранить равновесие.

Кисть лежащей на плече руки и другие рука и нога, а также голова лежащего должны быть пассивно расслаблены, отвлекая внимание зрителей от вспомогательных движений.

В работе над спектаклем при выборе приемов падений, борьбы и переноски человека необходимо учитывать ситуацию пьесы, жанр, драматизм или комедийность данного момента.

**Заключение:**

Сценическое движение — одна из дисциплин, воспитывающая внешнюю технику актера.

Люди, избравшие профессиональной деятельностью искусство сцены, должны обладать высокой общей культурой, правильным и стойким мировоззрением, должны знать законы творческого процесса, владеть этими законами, обладать всеми технологическими навыками своего искусства.

Верно направить работу каждого исполнителя, установить его взаимодействие с другими, найти верные выразительные средства, добиться подлинно высокого творческого звучания пьесы на каждом спектакле — вот те задачи, которые стоят перед работниками театрального искусства. Практическое решение этих задач во многом зависит от степени подготовленности сценической речи и сценического движения.

Верное пластическое поведение в роли требует не только общей физической подготовки, но и специальных движенческих навыков. Овладение этими навыками, в свою очередь, невозможно без специальной подготовки психофизических качеств.

**Библиографический список:**

1. «Режиссер, коллектив, спектакль» - учебно - методическое пособие. Москва 1961г.
2. Иванов И. С. и Шишмарёва Е.С. Воспитание движения актёра. - М.: Художественная литература, 1937. - С.8,468 с.
3. Н. В. Карпов “Уроки сценического движения”. Москва, “ГИТИС”, 1999 год.
4. К. С. Станиславский “Работа актѐра над собой”. Том 3. Москва, “Искусство”, 1954 год.