

Бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования города Омска
«Дом детского творчества Октябрьского административного округа»

**Открытое занятие:
«Тренинг
психотехники актера»**

Разработала:
педагог дополнительного образования
Волкова И.Н.

Возраст учащихся: 12-14 лет

Цель занятия: совершенствование психофизического аппарата учащихся через тренинговые упражнения по системе К.С. Станиславского.

Задачи:

Образовательные:

1. Обучать пользоваться интонациями, выражающими основные чувства, действовать согласованно, включаясь одновременно или последовательно, снимать напряжение с отдельных групп мышц.

Воспитательные:

1. Воспитывать готовность к творчеству, доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками.

Развивающие:

1. Развивать зрительное и слуховое внимание, память, наблюдательность, находчивость, воображение, образное мышление, быстроту реакции, умение согласовывать свои действия с партнером, чувство ритма и координацию движений, пластическую выразительность и музыкальность, речевое дыхание и правильную артикуляцию, дикцию.

Методы обучения: словесный, репродуктивный, развивающий.

Оборудование:

- музыкальный центр;
- мяч;
- спортивный мат;
- палки.

Предварительная работа: знакомство с основными элементами психотехники актера по системе К.С. Станиславского, выполнение тренингов, направленных на развитие психофизических данных воспитанников, постановка пластического этюда с предметом (палка), знакомство с необходимыми теоретическими понятиями и театральной терминологией, связанной с методикой воспитания актера по системе Станиславского.

«Мало зажить искренним чувством, – пишет Станиславский, – надо уметь его выявить, воплотить. Для этого должен быть подготовлен и развит весь физический аппарат. Необходимо, чтобы он был до последней степени чуток и откликался на всякие подсознательные переживания и передавал все тонкости их, чтобы делать видимым и слышимым то, что переживает артист. Под физическим аппаратом мы подразумеваем хорошо поставленный голос, хорошо развитую интонацию, фразу, гибкое тело, выразительные движения, мимику».

Актерский тренинг должен привести творческий аппарат ученика в соответствие с требованиями творческого процесса. Тренинг совершенствует пластичность нервной системы и помогает отшлифовать, сделать гибким и ярким психофизический инструмент актера, раскрыть все его природные возможности и подвергнуть их планомерной обработке, расширить коэффициент полезного действия всех нужных из имеющихся возможностей, заглушить и ликвидировать ненужные и, наконец, создать недостающие, насколько это возможно. Это его основные задачи.

Ход занятия

Организационный этап

Педагог: Добрый день.

Инструмент актера - его внутренние (психические) и внешние (физические) данные, называемые Станиславским «элементами творчества». Профессиональное сценическое действие возможно лишь при условии виртуозного владения всем спектром своих психофизических данных. К элементам актерского мастерства К.С. Станиславский относит элементы переживания и элементы воплощения. Скажите, о каких способностях идет речь?

Дети Внимание, воображение, творческое мышление, память, вера в предлагаемые обстоятельства, снятие зажимов, пластическая выразительность, дикция, действенное слово и др.

Педагог Вы абсолютно правы. Тема нашего занятия: «Тренинг психотехники актера». Мы продолжаем работу по развитию основных элементов психофизического аппарата.

Основной этап

Начинаем с тренинга внимания и развития чувства ритма. Первое упражнение «Ритм по кругу». Готовы?

Педагог задает ритм. Когда группа «поймала» единый ритм, педагог просит назвать в заданном ритме по принципу «снежного кома»:

- ✓ название цвета;
- ✓ животное;
- ✓ фамилию поэта.

Педагог: продолжаем работу с ритмом. Но для начала рассчитаемся по порядку. (педагог задает новый ритм: щелчок пальцами правой руки, левой, хлопок руками, хлопок по коленям). Упражнение «Японская машинка».

Одновременно со щелчком правой руки педагог начинает упражнение, произнося свой номер "Ноль". На щелчок левой руки он называет номер воспитанника, который продолжает дальше. Например: "Ноль -два". Далее следует хлопок и удар ладонями по коленям (все молчат).

Участник, допустивший ошибку в выполнении задания, прекращает игру, продолжая однако сидеть в полукруге и отстукивать ритм. Ошибками считаются: 1) сбой темпа, 2) неправильное называние своего номера; 3) неправильное называние номера партнера, 4) приглашение выбывшего участника или педагога (если он не играет).

Что тренирует это упражнение кроме внимания и чувства ритма?

Дети: умение работать с партнером

Педагог Молодцы! Переходим к следующему упражнению «Ассоциации». Что такое ассоциация?

Дети: Это связь между понятиями, возникающая сиюминутно и спонтанно.

Педагог: Создание ассоциаций - процесс творческий, но ничего сложного, а тем более невозможного в нем нет. Прежде всего, давайте условимся, что есть несколько правил, которые нужно усвоить:

- ✓ ассоциация должна быть интересна.
- ✓ ассоциация должна быть необычна.
- ✓ ассоциация должна быть максимально детализирована.

Педагог называет какой-либо предмет, кидает мяч воспитанникам по очереди, нужно называть ассоциации, какие вызывает этот предмет.

Педагог: переходим к тренингу пластической выразительности. Прошу выйти на сценическую площадку и выстроиться в шахматном порядке. Начинаем с упражнений на снятие физических зажимов. Сосредотачиваем внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Прошу напряжение сбросить, руку расслабить. Прodelываем аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясницей, шеей. Напрягаем все тело, руки поднять вверх. А теперь поочередно, начиная с шеи, сбрасываем напряжение: кисти рук, локти, плечи, шея, поясница. «Повисли» в положении – наклон вперед. Расслабили мышцы лица, челюсть. По хлопку – расслабляем тело полностью.

Хлопок

Из исходного положения (лежа) по хлопку «превращаемся в огонь».

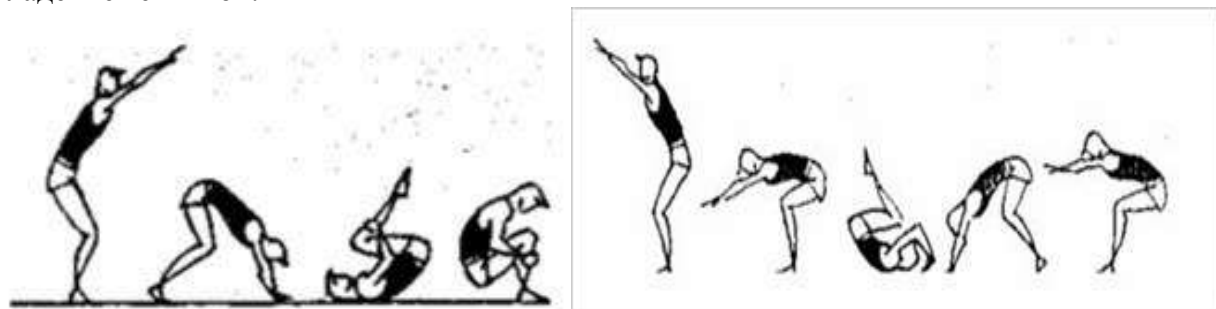
Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. По команде педагога «Огонь» обучающиеся начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений выбираются каждым ребенком произвольно. По команде «Лед» дети застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело. Педагог несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

А теперь я прошу вас почувствовать свое тело в пространстве, прислушаться к себе и вообразить, что вы можете делать в такой позе, в которой вы «застыли» сейчас. Упражнение «Оправдай позу».

Дети «оправдывают позы».

Педагог: Спасибо! Прошу разложить спортивный мат. Переходим к упражнениям с элементами акробатики.

Дети выполняют на мате кувырки вперед, назад, через препятствие, демонстрируя владение техникой.



Педагог: Повторяем приемы сценических падений. Пожалуйста!

По хлопку педагога дети поочередно выполняют падения на мате

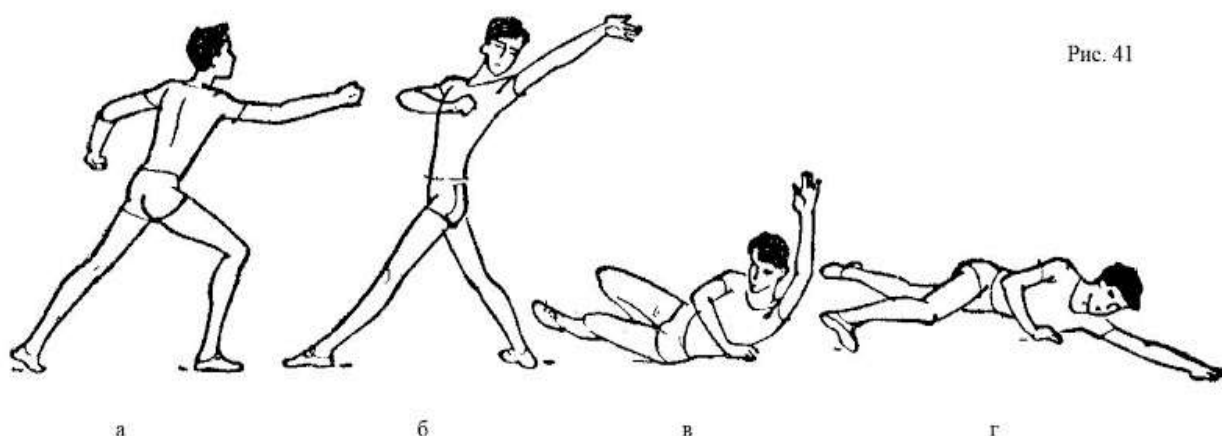


Рис. 41

Педагог: Молодцы! А теперь повторяем пластическую зарисовку «Море». Демонстрируется владение техникой работы с предметом (предмет – палка).

Дети исполняют пластическую зарисовку под музыкальное сопровождение

Педагог: Спасибо! Прошу выстроиться на сценической площадке в полукруге. Итак, мы знаем, что главное в драматическом театре – это слово. Как должен говорить актер со сцены?

Дети: Громко, четко и выразительно.

Педагог: Что такое дикция?

Дети: Степень отчетливости произношения.

Педагог: Правильно. А от чего зависит дикция?

Дети: От работы речевого аппарата, то есть от артикуляции.

Педагог: Начинаем речевую разминку с артикуляционной гимнастики.

Упражнения:

- ✓ Тянем язык к носу и подбородку,
- ✓ Колющие движения языком вправо и влево;
- ✓ Круговые движения языком вправо и влево;
- ✓ Цокаем;
- ✓ Покусывание языка;
- ✓ Покусывание верхней и нижней губ;
- ✓ Трубочка – улыбка;

- ✓ Трубочка вправо-влево;
- ✓ Челюсть вправо-влево;
- ✓ Открываем широко рот с препятствием.

Переходим к звукоряду: ы-э-а-о-у-ы

К каждой гласной добавляем согласный звук, действенную задачу и жест.

Б – отбиваем баскетбольный мяч;

Т – забиваем гвоздь;

ВЗ- сверлим дыру в стене;

ТР – обрабатываем дерево рубанком;

СК – играем с «попрыгунчиком»;

Н – поем протяжно колыбельную;

МЛ – подкидываем пушинки.

Молодцы! Переходим к дикционному тренингу. Делимся на две группы. Встаньте, пожалуйста, напротив друг друга. Итак, предлагаемые обстоятельства: на базаре, возник спор. Каждая группа доказывает свою правоту с помощью скороговорок.

Дети выполняют задание. Педагог корректирует и по ситуации «подкидывает» дополнительные обстоятельства или действенные задачи.

Ребята, скажите, какой важный элемент системы Станиславского мы тренировали в процессе дикционного тренинга, помимо непосредственной работы над сценической речью?

Дети Умение работать с партнером на сценической площадке.

Педагог Совершенно верно! И в завершении выполним упражнение, где соединятся навыки владения словом, действием и дыханием.

Чтобы голос был в порядке,

Проведем сейчас зарядку.

Вправо, влево – поворот,

А теперь – наоборот,

А теперь прыжки на месте:

Прыгну хоть сто раз, хоть двести

На одной и на другой,

Нет отдышки никакой!

Прогибаюсь, наклонюсь,

Поднимаюсь, улыбаюсь!

Педагог: Молодцы! Присаживайтесь, пожалуйста, на свои места!

Подведение итогов

Итак, наше занятие подошло к завершению. Мы сегодня хорошо поработали. Константин Сергеевич Станиславский заложил главные основы системы работы актера над собой. Все элементы «системы» являются, по существу, составными элементами сценического действия, которое не может быть осуществлено без участия творческого внимания, эмоциональной памяти, воображения, логичности и последовательности действий и чувств, мышечной свободы, пластичности, владения голосом и т.д. Постоянное совершенствование этих элементов предполагает регулярный тренинг, направленный на совершенствование актерской техники. Владение психофизикой позволяет актеру полноценно и профессионально работать на сцене вне зависимости от вдохновения, а вернее - входить в нужное творческое состояние именно тогда, когда это необходимо; волевым усилием достигать правильного творческого самочувствия.

Сегодня мы на еще одну ступеньку поднялись в совершенствовании своих актерских способностей.

Спасибо за работу. До свидания.

Используемая литература:

1. Актерский тренинг: Мастерство актера в терминах Станиславского. – Москва АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства)
2. Гиппиус С. В. Актерский тренинг. Гимнастика чувств / С. В. Гиппиус. – Москва АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства)
3. Станиславский, Константин Сергеевич (1863-1938). Актерский тренинг. Учебник актерского мастерства: работа актера над собой. Работа над собой в творческом процессе воплощения / Константин Сергеевич Станиславский - Москва: АСТ : АСТ МОСКВА, 2010. - 448 с. - (Золотой фонд актерского мастерства).