

**СЦЕНІЧНИЙ РУХ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ
СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ АКТОРСЬКА МАЙСТЕРНІСТЬ**

Андрій Бусол, Василь Бусол¹, Галина Кроншталь, Михайло Цибульський

Львівський національний університет імені Івана Франка,

Львівський державний університет фізичної культури¹

Постановка проблеми. Нині є достатньо причин для того, щоб вважати предмет «Сценічний рух» провідним у формуванні пластичної культури актора.

Це базова дисципліна, засвоєння якої забезпечує активне й цікаве існування актора на сцені.

Актор не може називатися актором без уміння володіти своїм тілом. Актор повинен не лише мати повноцінний апарат вираження, але й постійно його вдосконалювати. Для цього необхідно знати його можливості, закони управління цим апаратом, закони руху на сцені [1].

Оволодіння технікою сценічного руху та вміння правильно використовувати цю техніку на сцені, в кіно та на естраді сприятимуть відтворенню точних пластичних форм, які і є основою трюків та видовищного мистецтва загалом. Трюк як майстерний маневр, або технічний прийом, як правило, небезпечний або зовсім нездійсненний для непідготовленої людини. При певному рівні знань та фізичної підготовленості трюк може бути виконаний успішно, що є показником професіоналізму виконавця. Актор повинен володіти технікою різноманітних сценічних рухових умінь і навичок. Усе це в поєднанні зі знанням конкретних форм поведінки людей різних національностей і в різні періоди історії є тим досвідом і практикою, на основі яких актор може правильно діяти в ролі, створюючи при цьому трюки та видовищні ефекти.

Сценічний рух завжди залишатиметься актуальним у професійній діяльності. Без основ сценічного руху неможливий розвиток акторської майстерності. Для формування пластично-виразного образу необхідно, щоб організм був спеціально підготовлений, що дасть актору таку зовнішню техніку, за допомогою якої він зможе легко й правильно виконувати будь-які рухи. Зовнішня техніка за наявності творчої обдарованості завжди здатна створити високий сценічний результат. Але, щоб зрозуміти можливості актора в процесі фізичного втілення, необхідно пізнати закони руху на сцені. В професійній діяльності актор стикається з необхідністю докладно пізнавати свою тілесну форму, якою він володіє до моменту, коли починає сценічну роботу. Він має пізнати можливості повноцінного використання свого тіла для виразної сценічної дії. Оскільки природні здібності можуть бути покращені лише шляхом відповідних тренувань, актор повинен займатися вдосконаленням цих здібностей у потрібному напрямку, щоб розвинути їх до рівня спеціалізованих вмінь та навичок, а деякі – до звичних повсякденних дій. Звичні дії мимоволі переносяться на сцену та створюють спектаклі високий пластичний результат. Це особливо важливо для молодих акторів та тих хто готується ними стати, оскільки без постійної уваги до власної фізичної форми та удосконалення прийомів сценічного руху неможливо досягти акторської майстерності.

Мета дослідження. Узагальнити дані теорії і практики щодо значущості сценічного руху для професійної підготовки акторів.

Завдання: 1. Вивчити сучасні погляди на роль сценічного руху в професійній підготовці акторів.

2. Розкрити основні засоби та методи удосконалення спеціальних фізичних здібностей та прийомів сценічного руху.

Результати дослідження. Дія – це основа акторського мистецтва. Про це писали багато теоретиків і практиків театру, але ці міркування носили абстрактний характер, оскільки не спиралися на конкретне і точне розуміння того, що таке дія. Першим розкрив сутність дії К.С. Станіславський [1] він побачив в ній злитий комплекс двох компонентів рухів: психологічного і фізичного: «Гармонія психічних і фізичних рухів тому й потрібна вам у виставі, що сила впливу на глядачів полягає в умінні вивільнити весь свій організм.

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Удосконалювати своє тіло так, щоб ніщо у вашому тілі не могло перешкодити відображати внутрішнє життя ролі чітко і точно». Важливість і значимість цього визначення стала основоположною для досягнення гармонії двох начал у творчості акторів.

У даний час у світі існує величезна кількість театральних шкіл, чи не кожна з яких претендує на власну театральну естетику, що базується на різних психічних тренінгах і тілесних прийомах розвитку акторської майстерності.

Однак якщо пильно придивитися до методик викладання, то ми виявимо у більшості з них загальні витоки. Це системи К. Станіславського, М.Чехова, В. Мейєрхольда, Є. Вахтангова, М. Рейнгхардта, а так само – стародавні «шаманські» техніки, що лежать в основі суто фізіологічної природи театру. Михайло Чехов, Всеволод Мейєрхольд, Євген Вахтангов, будучи геніальними учнями К.С. Станіславського, не зупинилися на досягненнях свого вчителя, але поглибили і розвинули його базові відкриття як в області закономірностей створення драматичного спектаклю в цілому, так і щодо законів створення пластики образу – зокрема. Кожен з них йшов своїм шляхом, вносячи свої особисті спостереження, досвід, талант і психофізичні можливості власного тіла.

Принципи театральної біомеханіки зумовлені самою природою руху. Будь-яка театральна дисципліна – сценічний рух, сценічна мова чи майстерність актора - засвоюється завдяки педагогові. Розвинути в молодого актора інтерес до творчості, зміцнити його у творчих прагненнях – головна місія педагога. Увесь педагогічний процес слід підпорядковувати основній меті – вихованню актора, готового до творчості. У вирішенні цього завдання особливого значення набувають здатність і вміння актора точно організувати свої рухи в часі й просторі. Час, простір і мова – компоненти, за допомогою яких актор і режисер вирішують складні творчі завдання.

Спочатку педагог створює проблемну ситуацію, в якій постає необхідність нового прийому, що допоміг би в глибокому знайомстві з персонажем. Потім – фаза орієнтування в прийомі, елементі, його первинне розуміння, використання. Пізніше відбувається глибше усвідомлення деяких його функцій, уже самостійне його використання, а також уміння пояснити іншому [2]. Не всякий рух на сцені стає знаком, що виражає стан душі і думки актора – персонажа, а лише те, яке усвідомлено сформованим в процесі репетицій і освоєно актором як необхідну дію. Свідомий відхід від автоматизму в русі, відчуття розвитку руху як єдиного процесу, точність і оригінальний колорит жесту, вміння вибудовувати пластичну фразу і пластичний діалог з партнером на основі добре освоєних навичок – ось складові акторської техніки, що роблять рух на сцені виразним. Часто молодий актор знаходиться в протиріччі між незнанням своїх професійних можливостей і тим, як йому хотілося б зіграти роль. Причиною невиразної гри стає невиховане тіло, що знаходиться не в ладах зі свідомістю актора, суперечить йому, протестуючи проти незвичного і незвичайного. Відсутність в нашому повсякденному житті природних ситуацій, що вимагають активної роботи тіла, веде до втрати здатності координувати рух, порушення балансу оптимальних енергетичних витрат, пов'язаних з новою фізичною діяльністю.

Проблема тіла і свідомості актора те саме що проблема матерії і духу. Ступінь творчої досконалості актора визначається тим, наскільки успішно ця проблема вирішується, наскільки ясно, яскраво і адекватно актор може

висловити в русі і жести емоції і думки персонажа, наскільки свідомо актор підходить до процесу творчості. Гармонія руху й свідомості, безперечно, є результатом тривалої праці, що потребує, насамперед, часу. Але бажано, щоб молодий актор уже на початку своєї кар'єри прагнув зробити своє тіло «мудрим», тобто гнучким і рухливим, сміливим, спритним, слухняним, чуйним, розумним і освіченим. Легкість свідомого керування тілом є особливо важливою у витонченій пластиці, що, як і простий рух, відпрацьовується в репетиції і має виконуватися актором з мінімальним контролем, властивим виконанню простого руху. Головне завдання актора – за оптимальних енергетичних витрат досягти максимальної пластичної виразності, яка залежить від його здатності відчувати рух.

Відчуття руху – це психофізичні якості актора, які проявляються у видимій формі й можуть і повинні контролюватися через амплітуду, швидкість, силу й чіткість ліній руху; навичка, що формується в процесі переживання руху, тобто свідомого освоєння його структури. Відчуття руху завжди індивідуальне: у гнучкому тілі одне, в тілі з перекачаними м'язами – інше. В актора, здатного до швидкої й точної пластичної реакції на певний сигнал – один м'язовий тонус, а в актора, не здатного реалізувати свій власний імпульс у русі, інше відчуття. Здатність відчувати рух залежить від його швидкості – на це слід зважати, опановуючи як прості, так і складні пластичні форми. Від мікрожесту до «жесту» всім тілом – ось шлях, який потрібно пройти акторові, щоб подолати суто зовнішнє відчуття руху й відчутти своє тіло як матерію, наповнену енергією, що перебуває в постійному русі. До відчуття руху ми наближаємося через виховання відчуття ракурсу, де головне завдання – навчитися відчувати зміни позиції тіла по міліметрах.

Навчальна дисципліна «Сценічний рух» передбачає розуміння й опанування руху як структури. Його термінологія оснований не тільки на театральній лексиці, але й на поняттях точних наук (центр ваги, статика, динаміка, інерція, імпульс, енергія, амплітуда, швидкість тощо). Однак результати творчих експериментів можуть бути зафіксовані лише у враженнях, відчуттях, м'язовій пам'яті. Актору щоразу необхідно докладати зусиль, наповнюючи свою м'язову пам'ять новими враженнями від добре відомих вправ, таким чином виховуючи в собі відчуття руху. Актор повинен змінювати уявлення про свої можливості. На заняття потрібно приходити з бажанням змін і з передчуттям радості для свого тіла. Це не стільки фізична скільки моральна праця. Важливим в сценічному русі є ставлення актора до розминок. Для розігріву м'язів актора на уроці сценічного руху існують спеціальні вправи. Дуже важливим є розуміння актора, що він прийшов не на тренування для розвитку м'язів, а на репетицію чи пробу. Головним є не багаторазове виконання вправи, а усвідомлення актором як ця вправа виконується і для чого вона. Вправи, які позбавляють зайвого напруження, слід розглянути під іншим кутом із заміною поняття розслаблення на поняття міра напруженості – від ледве помітного до дуже сильного, розвиваючи в актора здатність відчувати напруження на кількох рівнях. Наприклад, на сцені не може бути падіння під час повного розслаблення, що нерідко можна спостерігати на заняттях сценічного руху. Падіння відбувається з певною мірою напруження, що, у свою чергу, впливає на швидкість, м'якість і оригінальність руху. Уміти розслаблятися – ще не значить уміти творчо працювати з напруженням [3].

Творчий процес в розвитку актора полягає в зміні його ставлення до своїх можливостей. А. Ільїн, видатний російський філософ, писав: «Якби я втратив своє тіло, я втратив би самого себе. Знаходячи тіло, я знаходжу себе. Я рухаюся – значить живу і приводжу в рух світ. Мене немає без тіла, і я існую як тіло. Лише в русі я осягаю себе в якості тіла. Моє тіло є збіг буття і пізнання, суб'єкта та об'єкта. Воно – початок і кінець мого існування»[4].

Гостріше відчутти і зрозуміти міру гармонії в рухах можна через вправи з балансування – від простого руху тулубом уперед і назад, вправо й уліво, стоячи на одній нозі, до ексцентричних вправ еквілібриста, що йде по канатові над прірвою. Балансування в критичній для тіла позиції активізує роботу як великих так і дрібних м'язів. Цей процес потребує додаткового напруження, що, у свою чергу, спричиняє порушення координації, втрату керування швидкістю руху й інерції. У роботі з акторами проблема балансу поширюється не тільки на вправи, що формують пластичні навички актора, але й на процес роботи над роллю, коли створення актором художнього образу є пошуком рівноваги між своїм індивідуальним «Я» і персонажем. Часто рухи, звичні й легко виконувані в житті, в театрі стають незручними й невиразними. Одна з причин – нездатність актора координувати як нові, так і відомі йому рухи в умовах сцени. Якщо координація потребує додаткових зусиль, то це породжує психофізичний дискомфорт. Координацію необхідно вивчати в такій розмаїтості й обсязі, щоб актор міг перевірити свою здатність до опанування нових рухів у новій програмі координації, яка наповнила б новими відчуттями м'язову пам'ять. Розвинена здатність до координації – це гарантія оптимального витрачання часу й енергії під час виконання руху в умовах сцени. Легкість координації – фундамент спритності. Важливою якістю для актора є швидкість рухів та вміння управляти швидкістю руху в нестандартних сценічних ситуаціях. Є дві крайності, яких припускається молодий актор: або він працює на зручній і звичній для нього темповій середині, або робить усе занадто швидко, коли в цьому немає необхідності. Коли ж дійсно виникає сценічна необхідність діяти швидко, всі зусилля витрачаються на безконтрольну емоцію і процес керування зводиться до нуля.

Робота зі швидкістю починається зі звичайної ходи – це швидкість звичного для нас руху, коли ми не поспішаємо і не сповільнюємо крок спеціально. Умовно в тренінгу можна визначити дев'ять швидкостей: чотири на уповільнення й чотири на прискорення при середній п'ятій швидкості. Ці дев'ять швидкостей необхідні для створення внутрішнього «спідометра» рухів. Кожна зміна швидкості повинна бути процесом не тільки індивідуально відчутним, але й видимим. Робота зі швидкістю – це робота не тільки із часом і простором, але і з напруженням та інерцією. Важливо, як актор перерозподіляє напруження в тілі, змінюючи швидкість, і як керує інерцією, коли виникає перешкода, що змушує зупинитись або поміняти напрямок. Від того, наскільки добре актор управляє інерцією, залежить, як точно він закінчить рух і наскільки природно зможе перейти від однієї швидкості до іншої. Уміння керувати інерцією руху повинне трансформуватися в уміння керувати інерцією думки й емоції, що народжують як рух, так і слово.

Акторська гра завжди пов'язана з проявом волі, тобто з напруженням – фізичним і психічним. Виходячи на сцену, актор постійно коригує своє напруження, не змінюючи сценічного завдання. Складність його професії полягає в тому, що актор повинен щоразу відтворювати на сцені її форму та

зміст, а не повторювати форму механічно. У незмінних постановочних умовах тільки артист є непостійною величиною і джерелом несподіваних емоційних імпульсів. Тому тільки від нього залежить, стане його сьогоднішня гра оригінальною, по новому заповненою, або буде тільки повторенням учорашньої [5]. Якість дії залежить від простих параметрів: швидко-повільно, жорстко-м'яко, сильно-слабко і т. д. Міра напруження залежить і прихована саме в цих характеристиках дії. В акторській грі нерідко наявна поспішність у рухах і окремому жесті. Це, насамперед, зайва витрата енергії, що спричиняє перенапруження, тобто прагнення втримати енергію. Щоб уникнути цього, слід навчитися витрачати творчу енергію розумно, і лише в такому разі вона, зробивши коло, повернеться до артиста збільшеною [6].

Побудувати рух, що має змістовне значення, – це практично те ж саме, що скласти фразу тексту. Рухи, що виражають стан психіки людини в кожному моменті життя, є продуктом свідомості людини; але їх конкретні форми залежать від різноманітних і численних факторів, фізіологічних властивостей організму, його підготовленості, темпераменту, характеру, конкретних відчуттів і сприймань, ступеня активності в даний момент і інших ознак і обставин [7]. Пластична фраза – це ланцюжок рухів, що виражає закінчену думку і має рухливу структуру, яка являє собою логічну послідовність процесів підготовки і здійснення, контролю дії, пов'язаної з керуванням інерцією, і завершення руху (логічної крапки).

Професійна робота з опанування вправ на парну взаємодію починається з підготовчого парного тренінгу і триває з опануванням елементів трюкової пластики в сценічній акробатиці й сценічному бої. Здатність відчувати партнера вдосконалюється на уроках сценічного фехтування. Вправи парного тренінгу на уроках сценічного руху варто розподілити на кілька груп, залежно від завдань, які в цих вправах виконуються. Парний тренінг передбачає й роботу з предметом, де виконується завдання грати з предметом як з партнером. Парний тренінг, як жоден інший індивідуальний, припускає перехід від руху до цілеспрямованої дії. Саме через цю призму слід розглядати весь парний тренінг. У цьому разі стає важливою не кількість опанованих парних вправ, а якість нових відчуттів. Усі вправи виховують відповідальність за партнера, дбайливе ставлення до нього, до його індивідуальних особливостей, від чого залежить спільний успіх.

Висновки. 1. У більшості проаналізованих джерел наголошується на важливості оволодіння технікою сценічних рухів для акторської майстерності. Підкреслюється що часто причиною невиразної гри актора є не підготовлене тіло. Недостатньо активна робота над технікою сценічних рухів веде до втрати здатності координувати рухи, порушення балансу оптимальних енергетичних витрат, пов'язаних з фізичною діяльністю. Майстерність актора визначається тим, наскільки успішно вирішується проблема тіла і свідомості, наскільки ясно і яскраво актор може висловити в русі і жесті емоції і думки персонажа. Молодим акторам рекомендується уже на початку своєї кар'єри працювати над своїм тілом, щоб зробити його (мудрим), тобто гнучким і рухливим, сміливим, спритним і слухняним. Навчальна дисципліна Сценічний рух якраз і передбачає розвиток вказаних здібностей з метою успішного оволодіння цілісною структурою спеціалізованих рухів і дій.

2. Формування акторської майстерності передбачає використання певної системи засобів і методів, для розвитку професійно важливих фізичних

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

здібностей. Так для більш гострого відчуття гармонії рухів застосовують вправи з балансуванням, які активізують роботу як великих так і дрібних м'язів. Важливим для актора є вправи з розвитку координації. Розвинена здатність до координації це гарантія оптимального витрачання часу і енергії під час виконання руху в умовах сцени. Легкість координації – фундамент спритності. Не менш важливою якістю для актора є швидкість руху та вміння нею управляти в нестандартних сценічних ситуаціях. Основними методами, що використовується у процесі формування прийомів сценічного руху є індивідуальний та парний тренінг.

ЛІТЕРАТУРА

1. Станиславский К.С. Работа актера над собой / К.С. Станиславский. – М. : Художественная литература, 2003. – 214с.
2. Соснова М. Искусство актера : [учеб. пособие для вузов] / М. Соснова. – М. : Академический Проект; Трикса, 2008. – 432 с.
3. Немировский А. Пластическая выразительность актёра / А. Немировский. – М. : Искусство, 1976. – 128 с.
4. Ильин И. А. Я вглядываюсь в жизнь / И.А. Ильин. – М., 2000. – 357 с.
5. Карпов Н. Уроки сценического движения (Электронный ресурс).
6. Кузина Е. Энергия актера : миф и практика / Е. Кузина // Театральная жизнь. – № 3, 2008. – С. 66–68.
7. Кох И.Е. Основы сценического движения / И.Е. Кох. – Л. : Наука и искусство, 1974. – 285 с.

АНОТАЦІЇ

СЦЕНІЧНИЙ РУХ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ АКТОРСЬКА МАЙСТЕРНІСТЬ

Андрій Бусол, Василь Бусол¹, Галина Кроншталь, Михайло Цибульський
*Львівський національний університет імені Івана Франка,
Львівський державний університет фізичної культури¹*

У статті розглядається роль дисципліни «Сценічний рух» у професійній підготовці студентів, які навчаються за спеціальністю акторська майстерність. Сформульовані пріоритетні завдання та викладені основні засоби й методи розвитку спеціальних рухових здібностей важливих для акторської діяльності.

Ключові слова: сценічний рух, акторська майстерність, пластична культура, фізичні здібності, тренінг.

СЦЕНИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ АКТЕРСКОЕ МАСТЕРСТВО

Андрей Бусол, Василий Бусол¹, Галина Кроншталь, Михаил Цыбульский
*Львовский национальный университет имени Ивана Франко,
Львовский государственный университет физической культуры¹*

В статье рассматривается роль дисциплины «Сценическое движение» в профессиональной подготовке студентов, обучающихся на специальности актерское мастерство. Сформулированы приоритетные задачи, изложены основные средства и методы развития специальных двигательных навыков, важных для актерской деятельности.

Ключевые слова: Сценическое движение, актерское мастерство, пластическая культура, физические способности, тренинг.

STAGE MOVEMENT AS PART OF PROFESSIONAL TRAINING OF STUDENTS MAJORING IN PHYSICAL ACTING

Andrew Busol, Basil Busol¹, Galina Kronshtal, Michael Cybulski
*Lviv National University named after Ivan Franko
Lviv State University of Physical kultury¹*

The article examines a professional physical fitness of students enrolled in specialty Acting. It shaped the priorities of special training for the professional development of students acting department.