

**Ю. И. ГРОМОВ**

**ВОСПИТАНИЕ**

**ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ АКТЕРА СРЕДСТВАМИ ТАНЦА**

**Учебное пособие по курсам «Основы режиссуры и актерского  
мастерства» и «Хореографическое искусство»**

**ПРОФИЗДАТ - 1971**

**ВВЕДЕНИЕ**

Советский драматический театр, утвердив на сцене искусство социалистического реализма, своими творческими достижениями завоевал мировое признание.

Драматическое искусство наших дней несет на себе печать времени с чертами бурного обновления и диалектического развития. Для современного театра характерно активное познание действительности, лучших, типичных сторон психологии современного героя. Всестороннее расширение жанрового многообразия репертуара, активное стремление режиссуры добиваться наиболее ясного и полного выражения авторского замысла, рост мастерства актера — вот типичные особенности современного театра. Именно они создают почву для идейного, духовного и эмоционального обогащения нашего современника, воспитания его коммунистической убежденности, его созидательных способностей.

Деятельность КПСС и Советского государства в области развития культуры и искусства создает широкие возможности обогащения духовной жизни народа, ставит перед советским театром важнейшую проблему подготовки актеров и режиссеров, способных показать народу «во всем его величии и во всей его прелести наш демократический и социалистический идеал»<sup>1</sup>, создавать образы героев, пример которых учит, как надо жить и действовать.

Творчество актера является в определенном смысле исторической и классовой категорией. Его сценическая жизнь выступает как явление, имеющее объективный общественный смысл и, следовательно, идеологическое значение. На этой основе можно сформировать будущего художника советской сцены не только как поэта, способного воплощать образы большого социального и художественно-эмоционального звучания, во и гражданина. «В целях более полного удовлетворения духовных потребностей народа обеспечить дальнейшее развитие печати, телевидения, радио, литературы и искусства...», — записано в

---

<sup>1</sup> В. И. Ленин. Поли. собр. соч., т. 11, стр. 103.  
стр. 3

Современная театральная педагогика должна изучить, определить и передать будущему актеру все те знания и средства, которые сформируют его нравственный и профессиональный облик.

Предлагаемая работа «Воспитание пластической культуры актера средствами танца» рассматривает один из значительных и актуальных разделов современной театральной педагогики. Это — влияние хореографического искусства на создание оспой физической, пластически образной выразительности и актерском творчестве.

Одна из тенденций развития современного театра заключается в максимальном расширении форм и средств сценического выражения, необходимых для воплощения многообразного, психологически и философски насыщенного, сложного пи своей образно-действенной структуре репертуара.

Выразительные формы и средства театрального искусства, выступая как важнейшие компоненты спектакля и роли, проявляются в синтезе, взаимопроникая и расширяя друг друга. Крупнейший советский режиссер, доктор искусствоведения, народный артист СССР, профессор Г. А. Товстоногов пишет: «И на данном этапе одним из основных признаков современного стиля я считаю высокую поэтическую правду на театре. Искусство внешнего правдоподобия умирает, и весь арсенал его средств должен уйти на слом. Возникает театр другой, поэтической правды, требующий максимальной очищенности, точности, конкретности выразительных средств»<sup>2</sup>.

Современный интеллектуальный театр требует от актера не только глубокого аналитического подхода к роли, но и высокой степени интеллигентности, непосредственности, эмоциональной возбудимости, подлинного артистизма сценического искусства, которые достигаются безупречным владением техникой искусства и, в частности, безупречным владением телом. Пластические выразительные средства занимают все большее действенное место в современном драматическом искусстве, выдвигая перед актером ряд сложных задач расширения двигательных возможностей его

творческого организма.

Задачей современного театроведения является извлечение из системы К. С. Станиславского всех таящихся, пей и еще нераскрытых положений, дающих возможности для конкретного

---

<sup>1</sup> Г. А. Товстоногов. О профессии режиссера. М., ВТО, 1967, стр. 118  
стр. 4

решения творческих задач сценической современности. Крайне важно найти в системе то законы, которые, являясь, основой пластического развития, станут действенным средством в сегодняшней театрально-педагогической практике. Учение К. С. Станиславского о пластической стороне воспитания актера находит свое практическое воплощение в сойотской тем тральной школе и выражается в создании комплекса специальных вспомогательных дисциплин (танец, ритмика, основы сценического движения, сценическое фехтование). Именно комплексное влияние этих предметов наряду со словом и вокалом обеспечивает проявление в драматическом искусстве развитой двигательной культуры актера, способного выполнить любые творческие требования современного театра.

В конце своей жизни К. С. Станиславский, обеспокоенный отсутствием в творческом процессе возможностей для гармонического развития всего аппарата актера, подверг свою систему критическому анализу. Он пришел к выводу, что только физические действия актера, от его физической реакции до последовательной и протяженной цепи физических действий на сцене, способны вызвать мысль, волевое побуждение и эмоциональную окраску. Создав «метод действенного анализа», К. С. Станиславский нашел ту отправную, опорную ступень в творческом процессе, которая ведет актера от сознательного к подсознательному.

Оценивая значение этих научно-творческих открытий Станиславского для театра и его педагогики Г. А. Товстоногов пишет: «Благодаря методу действенного анализа мы имеем возможность на самом первом этапе работы переходить, так сказать, к «разведке телом». Когда мы нагружаем и насыщаем актера знаниями о роли, об обстоятельствах пьесы, он становится похожим на рахитичного ребенка — голова огромная, а ножки подгибаются под тяжестью головы... он остается беспомощным в главном — в физической реализации роли»<sup>1</sup>.

«Последние открытия» К. С. Станиславского, увенчавшие его систему, являются универсальным творческим методом и создают возможности выразить черты нового, активно борющегося героя, созвучного нашей эпохе. Значение этих открытий в том, что они становятся основой мастерства современного актера, способного создавать художественные образы, глубина и значительность которых соответствовали бы уровню мышления современного зрителя.

Учение К. С. Станиславского о действенном анализе роли, о психофизическом действии актера, живущего в образе, ставит перед театральной педагогией проблему овладения будущими актерами высшими формами мастерства — органикой в

---

<sup>1</sup> Г. А. Товстоногов. О профессии режиссера. М., ВТО, 1957, стр. 260.  
стр. 5

сценическом поведении. Развитая пластическая культуры актера — составная часть выполнения этой творческой и педагогической задачи. Исходным для исследования и практического решения поставленной проблемы является положение, выдвинутое автором капитального труда «Основы сценического движения» И. Э. Кохом, который пишет: «Основным назначением творческих рассуждений по вопросам пластической культуры актера является выяснение закономерностей, определяющих органику физических действий на сцене»<sup>1</sup>. «Выразительный потенциал актерского тела»<sup>2</sup> в современном драматическом театре должен быть широк и многообразен. Он должен быть подготовленным к решению сложнейших творческих задач по воплощению тонких и сложных произведений драматургии в пластически совершенной форме. Эта форма как средство сценической выразительности

выявляется в мизансцене современного театра, которая, испытывая влияние кинематографа, приобретает особую зрелищную образность, длящуюся во времени. Культура движения актера создаст широкие возможности действенной пластики как способности выражения внутреннего содержания сценического эпизода, образа, то есть темы. Именно поэтому проблема воспитания актерского тела на материале разнообразных и сложных пластических сочетаний, выражающих действие, имеет первостепенное значение.

«Есть ли еще критерии подлинного сценического решения? Одним из них является наличие пластической, музыкальной, ритмической выразительности. *Пластическое решение спектакля должно быть... максимально понятным даже без наличия слов*»<sup>3</sup>. (Курсив мой. — Ю. Г.).

Задачи подготовки современного актера выдвигают необходимость исследования влияния вспомогательных предметов, помогающих овладению драматическим искусством.

Танец наряду с другими вспомогательными предметами готовит пластически высокоразвитое тело, которое, по определению доктора искусствоведения В. М. Красовской, является «материалом танца»<sup>4</sup>. Воспитание пластической культуры актера средствами танца состоит в развитии и расширении выразительности актерского тела, а также в осуществлении «верной настройки тела»<sup>5</sup>, то есть создания возможностей целенаправленного и образного сценического действия. Исследование различных проявлений хореографии в драматическом искусстве,

---

<sup>1</sup> И. Э. Кох. Основы сценического движения. Л., «Искусство». 1970, стр. 42.

<sup>2</sup> Термин профессора Л. Ф. Макарьева.

<sup>3</sup> Г. А. Товстоногов. О профессии режиссера. М., ВТО, 1967, стр. 226—227.

<sup>4</sup> В. М. Красовская. Статьи о балете. Л., «Искусство», 1967, стр. 123.

<sup>5</sup> Термин И. Э. Коха.  
стр. 6

изучение и определение места и роли танца в органическом процессе воспитания актера драмы является решением одной из важных и еще нераскрытых проблем театральной педагогики.

## **ОСНОВНЫЕ РАЗДЕЛЫ ВОСПИТАНИЯ ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

Танец как средство психофизического творческого воспитания и обучения организма актера всегда занимал значительное место в театральной педагогике. Многие выдающиеся актеры и режиссеры русского, советского и зарубежного театра высоко оценивали значение хореографического воспитания для полноценного развития творческого организма актера. Тем не менее в современном искусствоведении и театральной педагогике изучение теоретических, творческих, дидактических основ этого воспитания не предпринималось. А это в свою очередь затрудняет анализ эмпирического опыта многолетней практики преподавания танца в театральных вузах, народных театрах и студиях, необходимый для выявления скрытых и неиспользуемых возможностей театрально-хореографической педагогики. Автор единственного в СССР учебного пособия по танцу для театральных вузов Е. Д. Васильева отмечает: «Нет также исследований, посвященных задачам и методике преподавания танца в театральных вузах»<sup>1</sup>. Именно это обстоятельство является причиной отсутствия единства в понимании научных предпосылок и творческих задач обучения танцу, а следовательно, и наличия разнобоя в преподавании.

Таким образом, для успешного воспитания пластической культуры актера средствами хореографического искусства необходимо:

1. Изучить закономерности слияния и взаимодействия психической и физической деятельности организма в специфическом процессе танцевального воспитания и обучения.

2. Определить воздействие танца на совершенствование психофизического аппарата актера.

3. Определить закономерности, на основе которых воспитанные на танце навыки находят выражение в драматическом искусстве.

4. Научно обосновать особенности обучения взрослых людей искусству танца.

Изучение закономерностей танцевальной подготовки актера драмы, создание основ для воспитания средствами хореографии его выразительности возможно на основе теорий К. С. Станиславского, А. Я. Вагановой, педагогического опыта

---

<sup>1</sup> Е. Д. Васильева. Танец. М., «Искусство», 1968, стр. 5.  
стр. 7

продолжателей их учений. Материалистическим фундаментом этого исследования являются достижения русской и советской школы психологов и физиологов. При этом следует выделить тенденции идейного родства К. С. Станиславского и И. П. Павлова, материалистической основы и диалектического характера их учений. Последние работы обнаруживают важнейшее значение взаимосвязи двух наук именно для исследования и решения проблемы воспитания и развития творческого организма актера, совершенствования его психофизической мобильности. «Творческий контакт между искусствоведением и физиологией должен иметь особое значение для театральной педагогики, для научно обоснованной методики воспитания будущего актера»<sup>1</sup>. Именно поэтому первым разделом в воспитании пластической культуры средствами танца является совершенствование психофизического аппарата актера. Оно состоит и развитии качеств психики (воли, внимания, памяти), воспитании психофизических качеств (силы, скорости, выносливости, ловкости, ритмичности, музыкальности и танцевальности), обучении танцевальным навыкам. Другим, не менее значительным разделом развития двигательной культуры средствами танца является хореографический «тренинг и муштра» (танцевальный экзерсис) и его влияние на воспитание гармонично развитого актерского тела. «Нам нужны крепкие, сильные, развитие, пропорциональные, хорошо сложенные тела, без неестественных излишеств», — писал К. С. Станиславский<sup>2</sup>.

Развитие и совершенствование в процессе танцевальных занятий таких специфически театральных и поэтому особо необходимых актеру психофизических качеств, как «ритмичность», «музыкальность» и «танцевальность», — следующий значительный раздел хореографического обучения. Однако изучение представленных разделов не исчерпывает данную тему. Для полноценного воспитания пластичного актера в театрально хореографической педагогике имеется широкая область образования и обучения актера на материале народного, историко-бытового и современного бального танца. Наличие этого раздела и танцевальном воспитании актера диктуется необходимостью изучения будущими актерами пластических характеристик различных эпох и национальностей, а также их социально бытовой характеристики и национальных особенностей, выраженных в образной хореографической сущности национальных, историко-бытовых и современных бальных танцев.

Отсутствие изученного материала, научно и методически обоснованных принципов его отбора порождает субъективный подход в вопросах включения и программы тех или иных

---

<sup>1</sup> П. В. Симонов. Метод Станиславского и физиология эмоций. М., АН СССР, 1962, стр. 122.

<sup>2</sup> К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, М., «Искусство», 1955, стр. 33.

композиций, ведет к переносу устаревших «балетных штампов» в танцевальные этюды и сцены, дает обучающемуся далеко не полное и одностороннее танцевальное развитие. Кроме

этого, и практике обучения танцу почти полностью отсутствуют необходимые для широты пластических возможностей актера композиции современных балльных танцев. Одним из действенных способов решения этой педагогической задачи является изучение репертуара современного театра, произведений драматургии и хореографии. Такой анализ позволит произвести отбор хореографического материала из сокровищницы народного, историко-бытового и современного балльного танца, его изучение и создает возможности обоснованных рекомендаций для включения определенных образцов в программу обучения. Владеющий стилевыми и орнаментальными особенностями бытовых и народных танцев актер сможет пластически действенно и разнообразно интерпретировать сложные произведения драматургии, простирающиеся от античности до наших дней.

Разделом, завершающим воспитание пластической культуры актера, является проблема соединения танца и речи, танца и вокала, танца и движенческих дисциплин (ритмики, фехтования, движения). Именно этот раздел является важнейшим в творческом тренинге. Он создает навыки речедвигательной и вокально-двигательной координации как одной из сторон в овладении драматическим искусством.

### **ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ АКТЕРА СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

Одной из важных творческих задач, стоящих перед современным профессиональным и народным театром, является повышение уровня пластической культуры актера. Возможности танца в развитии пластичности широки и многообразны. Между тем изучение и определение этих возможностей в научной литературе еще не производилось, что в свою очередь затрудняет наиболее полное использование их в практике обучения.

Автор считает необходимым выделить следующие основные направления в воспитании пластической культуры средствами танца:

изучение и определение роли танца в воспитании пластической культуры драматического актера;

анализ специфического воздействия средств хореографии на приобретение знаний, повышение уровня качеств и овладение навыками, помогающими успешному построению физического поведения в роли;

выявление скрытых и неиспользуемых возможностей в совершенствовании движения актера и применение их в театрально-хореографической педагогике.

стр. 9

Пластическая культура современного драматического актера — понятие, включающее в себя знания о качествах организма, навыках и умениях, на основе которых при условии возникновения верного сценического самочувствия может возникнуть органика физических действий. Это понятие воплощается и гармоничности и выразительности движений и, что главное, в совершенном владении телом.

«Материалом служит для актера его собственное тело... не его физическое «я», — писал А. Я. Таиров. — Актер дол/кой владеть своим материалом, он должен познать его, полюбить и развить настолько, чтобы он стал гибким, надежным и послушным его воле. Подобно волшебному Страдивариусу, тело актера должно отзываться на малейший нажим его творческих пальцев, покорно воплощая в действенном течении четких форм тончайшие вибрации его творческих хотений»<sup>1</sup>. По система К. С. Станиславского хорошее движение на сцене есть не некая абстрактно существующая красота, изящество, ловкость вообще, а физическое действие, логическое, последовательное по смыслу, экономичное и точное по качеству исполнения. При этом оно должно быть выразительным, то есть понятным зрителю, и эмоциональным, то есть воздействующим на него. Уровень пластического развития актера и определяется степенью его сценической выразительности, воздействующей на зрителя.

Этот действенный актерский акт является важнейшим и творчеством. Он опирается на сложные нервные процессы основу деятельности психофизического аппарата актера. Именно высокоразвитая подвижность психофизического аппарата составляет сущность

пластичности. В пластическом воспитании следует особо выделить момент развития подвижности психики актера и ее влияния на совершенствование разнообразных и сложных физических действий, в том числе и танцевальных.

И. Э. Кох определяет понятие «пластичность актера» прежде всего как «подвижность его психики, способность мгновенно воспринимать и отражать воздействие сценической среды и внутреннего самочувствия в темпо-ритмах отдельных действенных эпизодов. Такая пластичность, — пишет он, — создает правду жизни и лежит в основе общей выразительности актера»<sup>2</sup>.

Рассмотрим конкретные стороны общей сценической выразительности, а также формы и методы овладения этой стороной искусства.

В трудах К. С. Станиславского содержится развернутая программа факторов, составляющих физическое поведение на сцене. Для ее осуществления необходимо:

1. Освоить процесс самостоятельного подбора движений, нужных для осуществления действия.

---

<sup>1</sup> А. Я. Таиров. О театре. М., 1970, стр. 127—128.

<sup>2</sup> И. Э. Кох. Основы сценического движения. Л., 1970, стр. 50.

стр10

2. Научиться соединению речи и движения в разных темпо-ритмах.
  3. Развивать внимание, память.
  4. Развивать волю, инициативность, настойчивость, решительность, смелость, самообладание.
  5. Развивать силу, скорость, ловкость.
  6. Совершенствовать ритмичность и музыкальность.
  7. Совершенствовать пластичность.
  8. Исправлять физические недостатки тела, развивать скульптурность тела в статике и динамике.
  9. Выучиться танцевать.
  
  10. Выучиться фехтовать.
  11. Научиться приемам борьбы без оружия.
  12. Научиться носить исторические костюмы.
  13. Научиться правилам поведения, типичным для различных слоев общества, разных национальностей и исторических эпох.
  14. Научиться пользоваться различными принадлежностями исторического костюма.
  15. Освоить хорошие манеры в поведении, свойственные людям советского общества, добиться приобретения верных и полезных привычек в бытовом поведении.
- Для освоения этой огромной программы, предложенной К. С. Станиславским, следует:
- а) раскрыть на научной основе сущность органики в физическом действии актера на сцене;
  - б) определить задачи каждого предмета в движенческом цикле воспитания пластической культуры актера по программе К. С. Станиславского;
  - в) выделить функции, принадлежащие собственному танцу, и его роль в воспитании пластической культуры актера драматического театра.
- Результатом в развитии и совершенствовании психофизического аппарата обучающегося должно явиться гармоничное развитие этого аппарата, помогающее процессу овладения драматическим искусством. Пластическая культура, как составная часть гармонически развитого психофизического аппарата актера драматического театра, развивается в драматическом искусстве и с помощью специальных вспомогательных дисциплин.
- В этот комплекс наряду со сценическим движением, танцем, фехтованием входят сценическая речь и вокал. Отсюда вытекает основная проблема исследования — анализ

влияния средств хореографии, танца на совершенствование и развитие пластики актера, его психофизического аппарата.

Научный анализ этого развития и совершенствования возможен на основе современных знаний о театре, педагогике, психологии и физиологии. На основе этих наук можно изучить стр. 11

и познать специфическое воздействие составных сторон пластического воспитания будущего актера драмы.

Данные психофизиологии говорят о теснейшей связи психической и моторной деятельности человека. Такое материалистическое понимание сложнейшего психофизического процесса лежит в основе научного изучения движения как процесса выражения ощущений и чувств в действиях посредством выполнения конкретных движений".

И. М. Сеченом, определяя суть выражения психической деятельности человека, писал в своей работе «Рефлексы головного мозга»: «Психическая деятельность человека выражается, как известно, внешними признаками... Все внешние проявления мозговой деятельности действительно могут быть сведены на мышечное движение. Все без исключения качества внешних проявлений мозговой деятельности, которые мы характеризуем, например, словами: одушевленность, страстность, насмешка, печаль, радость и пр., суть не что иное, как результаты большего или меньшего укорочения какой-нибудь группы мышц — акта, как всем известно, чисто механического»<sup>1</sup>.

Понимание происходящих нервных процессов позволяет и целях развития и совершенствования двигательного аппарата использовать этот механизм в направлении, необходимом актеру драмы. Определяя театральную направленность этого распития, К. С. Станиславский писал: «Внешняя пластина основана на внутреннем ощущении движения энергии»<sup>2</sup>.

Являясь нервным процессом, чувство как качество психической энергии имеет свои объективные свойства. Профессор Л. С. Выготский в своей книге «Психология искусства» приводит данные объективных свойств этого процесса, относя его к процессу траты, расхода или разряда нервной энергии.

При анализе воспитания пластической культуры актера определяющим моментом является развитие тезиса творческой системы К. С. Станиславского о том, что вопросы техники сценического воплощения имеют такое же первостепенное значение, как и вопросы внутренней техники переживания.

Исследователь теоретического наследия К. С. Станиславского Г. В. Кристи отмечает: «Станиславский рассматривает творчество актера, как органическое слияние психических и физических процессов взаимно определяющих друг друга»<sup>3</sup>.

Познание механизма слияния психических и физических процессов становится отправным в обучении драматическому искусству, а значит, и в создании пластического актера.

---

<sup>1</sup> И. М. Сеченов. Рефлексы головного мозга. Физиология нервной системы. Т. 1, М., 1952, стр. 146—147.

<sup>2</sup> К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3. М., «Искусство», 1955, стр. 59.

<sup>3</sup> Г. В. Кристи. Вступительная статья к 3-му тому собр. соч. К. С. Станиславского, стр. 6. стр. 12

Совершенствование организма на основе познании происходящих в нем различных процессов базируется на следующей закономерности искусства: «Все то, что совершает искусство, оно совершает в нашем теле и через наше тело»<sup>1</sup>.

Комплекс движенческих дисциплин приобретает действенную роль именно тогда, когда процесс обучения и развития тела опирается на научно обоснованное совершенствование нервных процессов.

Механизмы нервных процессов используются как отправные в пластическом развитии. Это развитие направлено от сознательного физического совершенствования к подсознательному использованию движенческой (танцевальной) техники в творческом акте. Пластическое развитие оказывает значительное влияние на совершенствование психической деятельности обучающегося, профилированной в область драматического искусства.

Л. С. Выготский в связи с этим пишет: «Через сознание мы проникаем в бессознательное, мы можем известным образом так организовать сознательные процессы, чтобы через них вызвать процессы бессознательные, и кто не знает, что всякий акт искусства непременно включает как свое обязательное условие предшествующие ему акты рационального познания, понимания, узнавания, ассоциации и т. п. Было бы ложно думать, что последующие бессознательные процессы не зависят от того направления, какое мы дадим процессам сознательным; организуя известным образом сознание, идущее навстречу искусству...»<sup>2</sup>.

Использование вывода о возможности управления (то есть осознания) программами поведения, которые на определенном этапе развития автоматизируются (становятся бессознательными) <sup>3</sup>, — важная отправная позиция для конкретного построения танцевальных циклов, степени их повторения, нагрузки и т. д.

Важной особенностью развития двигательного аппарата средствами танца является процесс доведения нервной деятельности заучивания движений до степени полуавтоматизмов.

Наблюдение механизма нервных и физических процессов в танцевальном развитии дает основание утверждать, что в их основе заложена специфическая деятельность сознания — нервный процесс заучивания движений. Это подтверждает И. М. Сеченов, говоря о нервном характере процесса заучивания движений. Именно эта деятельность определяет продуктивность развития двигательного аппарата в хореографии.

В танцевальном развитии имеет значение и тот факт, что танцевальные движения основаны на определенных положениях скелетной мускулатуры. Это положение имеет значение

---

<sup>1</sup> Л. С. Выготский. Психология искусства. М., 1968 стр. 3

<sup>2</sup> Там же, стр. 327.

<sup>3</sup> См. «Развитие высших психических функций». М., 1960, стр. 327.

стр. 13

для совершенствования физического поведения в роли, физического действия. В книге «Психология искусства» Л. С. Выготский проводит важную для движенческого развития мысль о том, что всякое действие искусства непременно связано с определенным типом установки мускулатуры.

К. С. Станиславский утверждал, что подготовка физического аппарата актера приобретает особо важное значение им огню в «искусстве переживания», не допускающем никакой механичности и условности во внешнем воплощении роли. Движенческое воспитание актера драмы, его развитие специфическими средствами хореографии направляются к воспитанию и совершенствованию средств выразительности в актерском исполнении, зависящих не только от глубины проникновения во внутреннее содержание роли, но и от степени подготовленности аппарата актера к физическому воплощению этого содержания. По утверждению Станиславского, несовершенство техники сценического воплощения может обеднить и даже исказить до неузнаваемости самый прекрасный и глубокий замысел актера. «Мучительно не быть в состоянии верно воспроизвести то, что красиво чувствуешь внутри себя»<sup>1</sup>.

Подготовка физического аппарата актера драмы, его гармоничное психофизическое развитие — основная функция танца в создании пластической культуры актера.

Танец, воспитывая тело актера, развивает его творческий организм.

Гармоническое развитие психофизического аппарата специфическими средствами танца

косвенно получило свое научное обоснование в определениях П. Ф. Лесгафта, данное им в «Основах теоретической анатомии»:

1. Все органы человеческого тела построены таким образом, что при наименьшем объеме и наименьшей трате материала они в состоянии проявлять наибольшую деятельность (закон морфологический).

2. Деятельность всех органов возрастает, а вместе с этим форма изменяется и объем их увеличивается, если они постепенно и последовательно возбуждаются к этому и если приход всех составных частей органов соответствует расходу (закон физиологический).

3. Только при гармоническом развитии всех органов организм человека в состоянии производить при наименьшей трате материала и силы и содействовать умственному своему усовершенствованию (закон психологический)<sup>2</sup>.

Развитие средствами танца нервной деятельности в сочетании с физическим совершенствованием (на основе танцевального экзерсиса — как основного учебно-тренировочного

---

<sup>1</sup> К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, М., «Искусство», стр.б.

<sup>2</sup> См П. Ф. Лесгафт. Собр. соч., т. 5, М., 1954, стр. 312-313.

стр. 14

комплекса гармонического развития тела) и переход к танцевальному развитию как средству раскрытия образа, созданию мысли в движении, превращению танца в действенную строчку партитуры роли — вот основное направление в воспитании пластичного актера.

Для выражения мысли через движения, для физического выражения чувств действующего лица, выявления этих чувств в художественной форме, для сценического развития средствами хореографии актеру драмы необходим высокий уровень психомоторных качеств и специально освоенные двигательные навыки.

Из них главнейшими являются качества психики: волевые качества — решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержка, самообладание как качества творческой активности актера, его способности к действию; внимание — целенаправленное и распределенное (многоплоскостное) — качество, создающее основы сценической сосредоточенности; память — наглядно-образная, словесно-логическая, эмоциональная, двигательная — качество, необходимое для запоминания всех составных частей сценического действия.

Для развития волевых качеств имеются следующие хореографические возможности:

1. Настойчивость — нагрузки на суставно-мышечный аппарат обучающихся, состоящие в полном и качественном выполнении заданного количества повторений. Преодоление трудностей, вызванное быстрой утомляемостью и болевыми ощущениями, совершенствует это качество.»

2. Инициативность — создание этюдов и танцев, учитывающих творческие данные исполнителей, как основу для выявления актерской индивидуальности. Введение в такие композиции

творческих условий для возникновения импровизации и проявления творческой инициативы. В таких композициях несложная и заранее выученная техника создает возможность для проявления творческой инициативы актера в пределах предложенной ему темы или несложного сюжета. Примером такой композиции может служить грузинский народный танец «Картули», построенный как музыкально-пластическое выражение ухаживания

юноши за возлюбленной. В ходе танца юноша, следуя за девушкой, не имеет права оказаться к ней спиной. Девушка же может импровизационно менять направление движений.

3. Решительность и смелость — включение в танцевальные этюды элементов акробатики и поддержки, создание непривычных сценических условий (применение разновысотных площадок, смена зала, сцены и т. д. при исполнении танцев «Джайв», рок-н-ролл, самба).

Самообладание — применение заранее запланированных внезапностей, выводящих актера из привычных условий исполнения. (Прекращение музыкального сопровождения при стр. 15

обязательном продолжении танца, смена направления, скорости, характера движений, количества повторений, изменение планировки площадки, смена партнеров).

Для развития внимания в процессе занятий следует последовательно переходить от внимания к движениям своего тела (экзерсис у станка), внимания к передвижению в сценическом пространстве (экзерсис на середине) к вниманию во взаимодействиях с партнерами (танцы). В процессе танцевальных занятий у обучающихся необходимо вырабатывать способность непроизвольно, а в случае необходимости и произвольно сосредоточивать свое внимание на наиболее важном в данный момент объекте танцевального действия. У актера при исполнении танца возникают следующие объекты внимания: танец, с присущими ему трудностями, музыка, с присущим ей мелодийно-ритмическим содержанием, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами. Для совершенствования внимания средствами танца необходимо выполнять следующие условия:

1. Смена и усложнение музыкального сопровождения в танцевальных упражнениях и этюдах.
2. Постоянная и целенаправленная смена этих упражнений с последовательным возрастанием музыкально-пластических трудностей.
3. Регулярное изменение скорости и направления движений, специальной планировки сценической площадки, частой смены партнеров, правильное сочетание парных и массовых танцев.

Танец развивает двигательную память, важнейший вид памяти актера. Совершенствование средствами танца памяти актера состоит в переходе после освоения танцевальной терминологии и техники к словесному заданию в экзерсисе и, далее, к минимальному показу в работе над композициями. Кроме этого, важным объектом развития внимания и памяти является направление этих качеств на действенно-эмоциональную сторону исполнения танца. Учебный процесс, основываясь на высокоразвитой технике исполнения танцевальных элементов, должен направляться в сторону постоянных танцевальных этюдов, при высоком техническом совершенстве их. Такие танцевальные навыки должны остаться у актера на всю его сценическую жизнь в виде свободного и правильного исполнения вальса, мазурки, чарльстона и т. д. Кроме того, необходимы танцевальные упражнения, которые, наоборот, часто меняются, и этюды, относительно быстро сменяющиеся другими по мере их элементарного усвоения. Высокий уровень двигательной памяти, приобретенный в танце, проявляется в любом репетиционном процессе, в частности в запоминании мизансцены.

Актеру необходим высокий уровень психофизических качеств: силы, скорости, выносливости, ловкости, ритмичности, музыкальности и танцевальности, создающий возможность для стр. 16

продуктивного и целенаправленного физического действия. Воспитание психофизических качеств необходимо, так как именно они являются средством выполнения самых разнообразных танцевальных заданий.

Нормальная физическая сила актера развивается в экзерсисе. Важным для правильного развития силы средством в танце является последовательность в обучении, заключающаяся в постепенном нарастании мышечных нагрузок. Именно такая методика, ярко проявляющаяся при обучении и повторении экзерсиса, способствует развитию нормальной и рельефной мускулатуры.

Скорость, степень ее быстроты и медлительности, а также их изменения являются основой музыкально-танцевальной лексики. Они развиваются на всем танцевальном материале, если он не содержит характерное для хореографии заучивание определенных скоростей. Первые три компонента качества «ловкость» — гибкость, подвижность, высокий

уровень координации — активно формируются в танце. Это выражается в новых шении способности к изменению пластических положений тип, максимально-точного передвижения в пространстве и исполнении все более сложных танцевальных композиций. Большая скорость реакции развивается на танце слабее. Тем не менее для ее развития имеются некоторые возможности. К ним относятся: изменение мест танцующих, внезапная перемена зеркала сцены или зала, неожиданное изменение темпа музыкального сопровождения, смена этого сопровождения и т. д. Приведенные выше возможности развития и совершенствования качества организма средствами танца пока крайне недостаточно используются в театрально-хореографической педагогике.

Поскольку ритм лежит в основе танцевального искусства, танец всесторонне развивает «ритмичность». Развитая «средствами хореографического искусства ритмичность» проявляется затем в драматическом искусстве как способность непроизвольно улавливать темпо-ритмы сценической жизни и, правильно реагируя, органично в них действовать.

«Музыкальность» актера проявляется в совершенном по своей образно-эмоциональной насыщенности и технически свободном исполнении. Она воспитывается на танце достаточно активно, но, если задачи выражения музыки в хореографической пластике выполняются на основе широкого многообразия этюдов и композиций.

«Танцевальность» как качество организма актера состоит и раскрытии образа через танцевальные движения. Этот признак в искусстве выражается в правильной передаче стиля и манере танца, в общении с партнерами и, главное, в полноценной органике драматического искусства. «Танцевальный актер» быстро учит и доводит до органичного исполнения всякий танец. Для развития танцевальности определяются следующие направления:

стр. 17

освоение танцевальной техники до степени свободного владения ею; внесение в танцевальный экзерсис элементов, одухотворяющих абстрактные упражнения; создание нетрудных этюдов как основы для легкого, грациозного и действительно-эмоционального исполнения, «освобождения» и танца и «удовольствия» от него; освоение композиции на основе исторического и народного танца, для овладения стилем, манерой и национальными особенностями, выделение времени на «свободное танцевание» (термин автора), то есть исполнение танцем по желанию, с выбранным партнером (танцы XIX века, менуэт, гавот, современные бальные танцы, танго, халли-галли, кик-шейк и т. д.).

Важнейшим объектом воспитания пластической культуры актера средствами хореографии является активное совершенствование признаков движения: темпа, размера, направления, Количества повторений, характера движений, мышечного усилия.; Качества и навыки, вырабатываемые средствами танца, должны находить свое выражение в драматическом искусстве.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, естественно, свою систему воспитания и обучения.

Танец — вид искусства, где художественный образ воплощается—через музыкально-организованное движение. Особенности искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела (скульптурно-графическую выразительность движений, жестов поз актера-танцовщика). Являясь искусством зрелищным, танец основан на зримом восприятии пластического воплощения музыкальной драматургии и музыкальных образов. Он своими специфическими пластическими средствами создает конкретное сценическое действие и передает его внутреннее содержание.

Пластическая природа танца, через своеобразную и сложную технику этого искусства, раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, создает его внешнюю характерность, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Художественная сущность танца состоит в образном раскрытии содержания музыкального произведения средствами танцевальной выразительности человеческого тела. Танцующий передает сущность музыкального произведения своеобразным музыкально-

пластическим поведением.

Главная задача танца — воспитание средствами хореографического искусства «музыкального тела», тела, способного выразить в хореографической пластике всю сложность, свойственную нюансам, акцентам и агогике того музыкального произведения, на содержании которого создается танец. Это обеспечивает высокий уровень нужного актеру гибкого и тренированного психофизического аппарата. Для выполнения этой задачи используются все основные виды хореографического искусства:  
стр. 18

народный, классический и балльные танцы, а также танцевальный экзерсис.

В развитие учения К. С. Станиславского совершенствование природы актера драмы в раздел относящимся к ритмопластическому воспитанию, мы должны определить), функции» танца в данном воспитании. Она состоит и воспитании правильной осанки, исправлении недостатков, подобранности и подтянутости тела. Для решения этой важнейшей задачи используют танец как основное средство воспитания и образования, обладающее способностью гармонического развития психофизического аппарата актера, классический и народно характерный экзерсис. Воспитание необходимых актеру драмы качеств и приобретение нужных навыков и умений выполняются путем освоения элементов экзерсиса. Он является лучшим в танце средством обработки «сырого», в пластическом смысле, человеческого материала. Плодотворность подобного развития определяется правильным применением элементов танцевальной ноги экзерсиса.

Танцевальный экзерсис создает исходные позиции для воспитания пластичности тела, развития его двигательной культуры.

Современная театральная педагогика ставит перед танцем следующие цели:

1. Исправление физических недостатков, правильную постановку корпуса, воспитание верной осанки и развитие ловкости.

2. Воспитание «музыкального тела», обладающего пластической выразительностью, способной к воплощению «жизни человеческого духа» (определение К. С. Станиславского).

Путь к достижению целей в энергичном воспитании и совершенствовании средствами хореографического искусства психических качеств, двигательных навыков и умений, необходимых будущему актеру драмы.

Естественно, что только при совместном и целенаправленном воздействии всех дисциплин, относящихся к классу «тренинга и муштры», можно добиться осуществления конечной цели пластического воспитания, то есть абсолютной органики и рождении пластического образа. Воспитать актеров, которые могли бы «не думать об этой стороне физического действия» (термин К. С. Станиславского), так определяется правильное направление в воспитании пластической культуры актера специфическими средствами хореографического искусства.

Анализируя процесс воспитания актера, К. С. Станиславский писал: «Прокатываясь по сети мышечной системы и раздражая внутренние двигательные центры, энергия вызывает внешние действия. Вот такое движение и действия, зарождающиеся в тайниках души и идущие по внутренней линии, необходимы подлинным артистам драмы, балета и других сценических и пластических искусств. ...Только такие движения  
стр. 19

пригодны нам для художественного воплощения жизни человеческого духа роли»<sup>1</sup>.

Отправным в работе по воспитанию пластической культуры актера драмы средствами хореографии будет определение эстетической сущности и эстетической природы, эстетической категории такого воспитания, определение разделов в этой работе, анализ самого процесса воспитания.

Система обучения и воспитания средствами хореографического искусства связана с эстетической категорией прекрасного. Возникновение классического танца и системы его тренинга (классический экзерсис) связано с соединением, взаимопроникновением форм античной скульптуры и подлинных народных танцев.

Воспевание красоты и гармонии человеческого тела, его героико-романтических, рыцарски-мужественных, сентиментально-нежных проявлений, заложенных в произведениях античной скульптуры и скульптуры эпохи Возрождения, в соединении с грациозными и изящными темпераментными и элегантными движениями народных, а впоследствии и придворных танцев, создали гармонически-образную пластическую систему, способную своими специфическими средствами передать через пластические положения тела сложнейшие и тончайшие нюансы человеческих отношений и чувств. Система обучения профессионального танцовщика зиждется на классическом танце. Воспитанный в элегантной, грациозной и изящной манере классического танца, основанного на классических пропорциях поз, выполняемых гармонически развитым телом, актер обладает теми основами пластики, которые дают ему возможность к созданию прекрасного во всех двигательных проявлениях тела.

Естественно, что значительный ряд сценических персонажей характеризуется движениями из категории безобразного. Но основываясь на анализе практического опыта, следует вывести определенную закономерность: актер, владеющий своим психофизическим аппаратом в области прекрасного (имеется в виду пластика), всегда в состоянии исказить эту пластику, придать ей черты безобразного, ужасного и т. д. Однако процесс обратный невозможен. Практика показывает, что выученные в отрицательной пластической манере актеры, несмотря на свои положительные внешние и внутренние актерские данные, не могут переделать свою пластическую манеру в категорию прекрасного.

Роль танца в воспитании движений, относящихся по пластическим характеристикам к категории прекрасного, особенно важна. Скульптурная законченность поз и жестов, техническое совершенство и культура движений, гармоническое развитие,

---

<sup>1</sup> К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3. М., «Искусство», «тр. 42. стр. 20

облагораживающее тело, определяют направления в пластическом воспитании средствами танца.

Отсюда вполне закономерен вывод о том, что танец воспитывает своими специфическими средствами грацию, изящество.

Грация — есть совершенство пластической формы движения.

Изящество — есть отточенность, изысканность этой формы.

Элегантность — есть благородство и завершенность стиля этой формы. Танцевальная форма является выражением этих качеств, основанных на хорошо развитой танцевальной технике.

Отнеся танцевальные движения к категории прекрасного, выделим конкретные разновидности этой категории в танцевальном искусстве. В этом искусстве имеются движения: героико-романтические, рыцарски-мужественные, сентиментально-нежные.

Движения героико-романтического плана в своей характерной пластике и стилистике исполнения несут черты решительности, стойкости и бесстрашия в сочетании с чертами мечтательности, увлекательности и сказочности.

Движения рыцарски-мужественные своей характерной пластикой и стилистикой исполнения несут черты благородства, великодушия, самоуверенности в сочетании с силой, энергичностью, содержательностью, скульптурной завершенностью.

Движения сентиментально-нежные своей характерной пластикой и стилистикой исполнения несут черты изнеженности, излишней чувствительности, мягкости, певучести, нежности.

Необходимым признаком в воспитании пластической культуры средствами танца являются качества «женственность» и «мужественность». Мы понимаем эти качества как общую тональную окраску при исполнении всех движений.

«Женственность» определяется как мягкая, нежная, кантиленно-певучая окраска всех движений, без изнеженности и изломанности.

«Мужественность» — как энергичная, исполненная силы, упругая, сдержанная, скульптурно-законченная окраска движений, но без сухости и топорности.

Определив пластическую природу приведенных выше общих разновидностей движений относительно категории прекрасного, остановимся на основных этапах воспитания данных разновидностей при обучении танцу. В воспитании грации, изящества, элегантности основную роль играет танцевальный экзерсис. В воспитании качеств «женственность» и «мужественность»; эта роль будет в соединении экзерсиса и танцевальной середины. ;) то специальные танцевальные композиции, основанные на материале народных танцев и исполняемые отдельно мужской и женской частью обучающихся, а также развитие и совершенствование этих качеств на всем

стр. 21

учебно-танцевальном материале. Воспитание героико-романтических, рыцарски-мужественных, сентиментально-нежных движений происходит при работе на танцевальной середине. Это этюды, танцевальные сцены, построенные на материале историко-бытового и народного танца, имеющие развернутую танцевальную форму и, следовательно, несущие в себе сюжетно-действенную ситуацию, вызывающую эмоциональную окраску. Конкретным учебно-танцевальным материалом воспитания приведенных выше разновидностей движения являются:

а) для героико-романтической формы — испанский (сценический), грузинский танец, кубинский (народный), аджарский военный танец «Хоруми», венгерский (народный и сценический), цыганский (народный и сценический), вальс и т. д.;

б) для рыцарски-мужественной формы — павана, полонез, мазурка, испанский, цыганский, венгерский (народный, в основном разновидности мужского танца);

в) для сентиментально-ножной формы - гавот, менуэт, французская кадрили.

Таким образом, развитие психофизического аппарата обучающихся состоит в последовательном и методически грамотном освоении как отдельных элементов экзерсиса, так и целостных композиций из историко-бытовых, современных бальных и народных танцев. Последовательные ступени освоения движений категории прекрасного должны совпадать со степенью танцевально-технического развития учащихся.

Естественное совпадение совершенствования технологии танца с эстетическими категориями танцевальных движений дает возможность научно обоснованного построения обучения танцу и определения его основной направленности, заключенной в воспитании гибкого и тренированного аппарата актера, способного быстро и продуктивно пластически действовать в предлагаемых обстоятельствах сценического произведения, раскрывать средствами танца суть музыкального произведения.

## **ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ЭКЗЕРСИС КАК ОСНОВНОЙ КОМПЛЕКС ГАРМОНИЧНОГО РАЗВИТИЯ ТЕЛА**

Учебная работа по танцу состоит в систематическом овладении элементами танцевального экзерсиса, то есть комплекса упражнений классического или народно-характерного танца.

Экзерсис в своем современном виде — отточенная, совершенная и унифицированная система элементов, упражнений и комбинаций, созданная в процессе длительного хореографического опыта. Все элементы экзерсиса прошли естественный отбор. Выжили и вошли в состав экзерсиса действительно необходимые элементы, наиболее конкретно и целенаправленно

стр. 22

распивающие и тренирующие психофизический аппарат обучающегося.

«В экзерсисе разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг и plie (сила. — Ю. Г.), постановка корпуса, рук и головы, координация движений. В результате еже4 дневной (в хореографическом училище. — Ю. Г.) тренировки фигура приобретает

подтянутость, вырабатывается устойчивость, будущий артист балета (обучающийся драматическому искусству. — Ю. Г.) приучается к правильному распределению тяжести тела на двух и на одной ноге...»<sup>1</sup>

Экзерсис — это постоянная и последовательная тренировка костного и суставно-мышечного аппарата, а также психическая настройка обучающегося, способствующая развитию волевых качеств двигательной памяти, ритмичности, музыкальности. Это освоение танцевальной техники, закладывающее основы выразительного движения. Экзерсис создает основной пластический фундамент. Он дает возможность обучающемуся гармонически развивать и совершенствовать двигательный аппарат, подчиняя это обучение совершенствованию пластически художественных возможностей организма.

Естественно, что экзерсис, несмотря на специфические особенности обучающихся и направление обучения в помощь основному предмету — драматическому искусству, все же подчинен задачам хореографического воспитания. Эта задача — создание «музыкально-то тела», способного выражать сущность музыкального произведения в танцевальной пластике.

Экзерсис складывается из двух компонентов:

1. Элементы и упражнения классического и народно-характерного танца, составляющие экзерсис.

2. Музыкальный материал, на основе которого исполняются элементы и упражнения экзерсиса.

Специфическое воздействие этих компонентов сливается в единый процесс пластического танцевального развития обучающегося, обязательно подчиненного нюансам, акцентам и агогике музыкального произведения. Соединение движений и музыки создает ту художественную основу, которая в процессе развития и усложнения становятся зерном будущего танца, то есть создания художественного образа посредством музыкально-организованных движений.

Соединение движений и музыки при обучении экзерсису является значительной и пока еще нерешенной задачей. Проведенный анализ дает основание сделать вывод о недооценке роли музыкального материала, как полноправного компонента в экзерсисе. Пока музыка в экзерсисе подсобное, а часто и случайное средство.

---

<sup>1</sup> В. Костровицкая, А. Писарев. Школа классического танца. Л., «Искусство», 1968, стр. 7 стр. 23

Простейшие элементы экзерсиса составляют азбуку танцевальной лексики. Элемент экзерсиса есть та техника, из которой создается танец. Техника, воспитанная при совершенствовании элементов и упражнений экзерсиса, является основой для воплощения в пластических формах танцевальной композиции, подчиненной законам создания художественного образа: и необходимой для выполнения сценической задачи.

Элементы экзерсиса являются основными танцевальными навыками. Каждый элемент создает простейшее и конкретное пластическое положение тела танцующего, включающее характерные для данного и отличительные от других элементов сочетания разных положений частей тела: рук, ног, корпуса и головы. Совершенствование техники этих положений является средством обучения простейшим танцевальным навыкам.

Важнейшим условием перевода элементов экзерсиса и танцевальные навыки является строгое требование идеально правильного выполнения танцевальных движений. Организм обучающегося, подчиненный жестким условиям идеальной правильности в исполнении, верно совершенствуется. Непрерывное развитие этой правильности создает совершенную в смысле «скульптурности» форму тела и способствует точному выполнению танцевальных действий.

Совершенствование элементов экзерсиса — сложный процесс. Понятно, что навык в исполнении элементов возникает только в результате целенаправленной умственной деятельности обучающегося, направлявшего свою волю, внимание, на выполнение поставленной перед ним конкретной задачи.

Экзерсис воспитывает высокий уровень координации движений, что крайне необходимо актеру вообще, а танцующему тем более, в связи с большой трудностью освоения танцевальной техники. Для продуктивного использования танцевальной техники как средства воспитания более высокого уровня координации и развития качества «танцевальности», освоение и совершенствование элементов экзерсиса направляется к воспитанию способности быстро и точно воспроизводить названные или показанные элементы танца, что способствует созданию нужного динамического стереотипа.

Таким образом, танцевальный экзерсис имеет возможность активно воздействовать на развитие и совершенствование психофизических качеств, столь необходимых будущему актеру драмы. К ним следует отнести силу, ловкость, ритмичность, музыкальность и танцевальность.

Особой ценностью экзерсиса является создание возможности разнообразно совершенствовать такие признаки движения, как темп, размер, направление, количество повторений, характер и мышечное усилие, что, по существу, является главной задачей в воспитании и совершенствовании пластичности движений человека.

стр. 24

Танцевальный экзерсис состоит из двух разделов:

- 1) экзерсис, основанный на классическом танце;
- 2) экзерсис, основанный на народно-характерном танце..

### **Классический экзерсис**

Система пластической выразительности, именуемая «классический танец», в результате длительной эволюции и совершенствования нашла свое наиболее полное эстетическое выражение в России.

Танцевальный экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства.

Классический экзерсис является стержнем, на основе которого развились другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс элементов наиболее правильно и гармонично развивает тело. Он является активным средством при исправлении физических недостатков, в создании правильной манеры поведения и осанки, столь необходимых актеру драматического театра. Классический экзерсис — главное средство в обучении танцовщика любого профиля, в развитии его двигательного аппарата. Классический танец является ярким выразительным средством, в основе которого лежат движения, заимствованные из народных и бытовых танцев, а также пластики и завершенности форм античной скульптуры. Все элементы классического танца основаны на биомеханическом принципе — «выворотности ног».

Этот принцип создает эстетическое совершенство классического танца. Каждый (элемент экзерсиса — есть как бы формула, на синтезе которой основано многообразие танца. Овладение этими элементами классического танца подобно овладению клавиатурой, состоящей из 7 нот, из которых создается музыкальное произведение.

Классический экзерсис, создавая определенные танцевальные навыки, совершенствуя и закрепляя их, оказывая серьезнейшее воздействие на развитие силы мышц, их эластичность и подвижность суставно-связочного аппарата, является главным средством освоения танцевального искусства.

### **Исправление физических недостатков и воспитание правильной осанки**

Одним из свойств танцевального экзерсиса, имеющим серьезное значение при обучении танцу, следует признать его способность исправлять часто встречающиеся природные недостатки (сутулость, косолапие, недостаточность мышечного слоя и т. д.), создавать прекрасную физическую форму тела обучающегося, поддерживать и совершенствовать ее.

стр. 25

К. С. Станиславский высоко оценивал роль танцевальной «муштры» в исправлении недостатков: «Я ценю еще класс танцев за то, что он отлично выправляет руки, ноги, спинной хребет и ставит их на место...»<sup>1</sup>.

В процессе совершенствования элементов экзерсиса необходимо увеличивать его воздействие на выполнение указанной К. С. Станиславским функции. Определим возможности воздействия танцевального экзерсиса на исправление недостатков.

Для устранения недостаточности развития мускулатуры имеются следующие упражнения — *dattement tendu*, *battement releve lent et battement developpe*. Кроме этого, развитию мышечного 'Слоя способствует увеличение количества повторений элементов экзерсиса.

Для устранения сутулости имеются упражнения на развитие плечевого сустава и мышц, производящих движение плечевого пояса, а также мышц, выполняющих движения свободной верхней конечности. Такими упражнениями являются элементы, связанные с постановкой ног, корпуса, рук и головы (в первую очередь *port de bras*).

Для исправления косолапости служат все элементы классического экзерсиса, основанный на принципе выпоротности ног.

Особо следует выделить — *demi plie*, *grand plie*, *battement tendu*, *rond de jambe par terre*.

Танец является средством выработки правильной осанки. Правильная постановка корпуса, ног, рук и головы при совершенствовании элементов экзерсиса активно формирует этот необходимый будущему актеру сценический навык.

Элементы -классического экзерсиса создают фундамент для выработки прекрасной осанки. Эту способность экзерсиса очень тонко подметил К. С. Станиславский, оценивая танцевальные приемы развития, управления и постановки корпуса. Он писал: «В приемах балетной муштры я еще ценю один момент, имеющий важное значение для всей дальнейшей культуры тела, для его пластики, для общего постава корпуса и для манеры держаться»<sup>2</sup>. (Курсив мой. — Ю. Г.)

Для выработки правильной осанки важное значение приобретают упражнения, тренирующие мышцы, удерживающие позвоночник и производящие его движения, особенно мышцы, выпрямляющие позвоночник, и мышцы брюшного пресса. Особое значение приобретают в выработке осанки такие элементы, как *demi*, *grandplie*, *battement fondu*, *battement relive lent*, *battement developpe*, *port de bras*, прыжки.

---

<sup>1</sup>К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3. М., «Искусство», 1955, стр. 35.

<sup>2</sup> К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3. М., «Искусство», 1955, стр. 37.

стр. 26

В дальнейшем эта выработанная в экзерсисе манера видоизменяется и обогащается на материале исторических и народных танцев.

Роль экзерсиса как средства исправления физических недостатков и воспитания осанки часто недооценивается. Использование экзерсиса для совершенствования фактуры будущего актера, его общей осанки — важнейшая задача педагога при обучении экзерсису. Здесь его задачи смыкаются с тренингом в предмете «Основы сценического движения».

### **Народно-характерный экзерсис**

Вторым видом учебной работы по танцу является освоение движений народно-характерного экзерсиса, основанного на элементах народного танца. Народно-характерный экзерсис, являясь также средством развития обучающихся, готовит их к исполнению народных танцев, развивает нужную для этих танцев технику. Однако было бы неверно считать его (народно-характерный экзерсис) только вспомогательным, второстепенным. Этот большой специальный танцевальный тренинг, отличный от классического экзерсиса, продолжает развитие двигательного аппарата обучающихся в специфику пластики народного танца.

Многообразие народного танца весьма распространено в драматических спектаклях.

Возникает естественная необходимость обучения будущих актеров технике народно-характерного танца, развития способности быстро осваивать различные по стилю, манере и национальной орнаментике танцевальные комплексы.

Часть элементов народно-характерного экзерсиса возникла на основе элементов классического танца и классического экзерсиса. Однако приближение народно-характерного танца к подлинно-фольклорным источникам, столь бурно развернувшееся в последнее десятилетие, ведет народно-характерный экзерсис, в сторону освоения техники подлинных народных танцев.

Важнейшим условием должна быть строгая последовательность обучения народно-характерному экзерсису на фундамента профессионального обучения основам классического танца. Ига особенность методики позволяет вести обучение грамотно и ускоренно, улучшить танцевальную подготовку учащихся.

Важнейшие признаки народного танца, с точки зрения техники, выражаются в относительной свободе движений рук корпуса, ног, танцевальных ракурсов и т. д. Это качество, смыкающего: с, важнейшими признаками сценической пластики, может быть правильно воспитано только на основе хорошо закрепленных, строгих канонов классического танца.

Композиции народно-характерного экзерсиса всегда выражают конкретную национальную принадлежность с

стр. 27

характерными для нее темно-ритмическими особенностями (протяженность, резкость, синкопированность и т. д.). Эти особенности заложены в музыкальном отрывке, на основе которого создается танцевальная комбинация. Лирическое, радостное состояние, нотки юмора, грусти и т. д., заложенные в музыке, легко раскрываются средствами народного танца. В народно-характерном экзерсисе совершается переход к основанным на конкретном материале того или иного национального народного танца, композициям, выражающим суть музыкального отрывка и требующим передачи его в действенной танцевальной пластике и соответствующей, во непрерывно изменяющейся эмоциональной окраске.

Техническое исполнение комбинации становится средством к танцу в образе, сценическому действию. Естественно, что движения в комбинациях народно-характерного экзерсиса смыкаются с пластическим поведением актера в конкретных условиях драматической сцены. В этом значении обучения народно-характерному экзерсису, как важнейшему в предмете «танец».

Народно-характерный экзерсис развивает те мышцы, суставы и связки, которые были не полностью развиты упражнениями классического экзерсиса. В первую очередь это относится к голеностопному суставу и мышце, производящим его движение, а также коленному суставу и соответствующим мышцам. Важнейшей особенностью народно-характерного экзерсиса является активность движений на опорной ноге, это касается коленного сустава, мышц голени и мышц, производящих движения в суставах стопы. Кроме этого, происходит значительное совершенствование функций нижних конечностей как опорного, рессорного и толкательного аппарата мышц, производящих движения в плечевом поясе и верхних конечностях (характерные *port de bras*).

В процессе совершенствования народно-характерного экзерсиса завершается формирование танцевальной техники и идет развитие для исполнения композиций народных танцев.

Резко увеличивается развитие танцевальности, выразительности исполнения в воспроизведении манеры и стиля народных танцев. В народно-характерном экзерсисе легко применяется принцип контрастности, то есть чередования различных по нагрузке упражнений и элементов.

Народно-характерный экзерсис ставит перед обучающимися сложные технические задачи. Этот танцевальный комплекс завершает формирование положительных танцевальных качеств и навыков, общую подготовку психофизического аппарата обучающегося, профилирует его к продуктивной танцевальной и пластически совершенной

деятельности в условиях драматической сцены.

Экзерсис классический как основа развития двигательного аппарата и приобретения формы и народно-характерный как  
стр. 28

основа подготовки к исполнению танцевальных сцен — есть учебно-тренировочный комплекс, направленный не только на гармоничное развитие тела, но и на действенное исполнение танца в спектакле любой эпохи, национальности, жанра и стиля.

### Обучение танцевальному экзерсису

«Достижение в танцевальном экзерсисе полной координации всех движений человеческого тела заставляет в дальнейшем воодушевлять движения мыслью, настроением, то есть придавать им ту заразительность, которая называется артистичностью» — таи профессор Ваганова определяла направление учебного процесса в обучении экзерсису<sup>1</sup>. Создание совершенного по форме и органичного в музыке исполнения элементов упражнений и комбинаций экзерсиса — его педагогическая цель. Это качество является той актерской ступенью, с которой начинается выразительность танца, то есть передача действенного и эмоционального начала, исходящего из музыки в танцевальной пластике. Именно это качество, став отличительной чертой советской хореографической школы, соединилось с мыслями К. С. Станиславского о подчинении отточенной актерской техники воплощению па сцене жизни человеческого духа.

Эти научные положения дают возможность определить

#### **основные принципы обучения экзерсису:**

1. Выработка музыкального, осмысленного исполнения элементов экзерсиса должна быть основой в творческой направленности обучения. Учащиеся должны понимать содержание техники элементов и при исполнении сознательно «соделывать» их с музыкой.

2. При выполнении упражнений экзерсиса внимание педагога должно быть обращено на профессионально-грамотную с точки зрения канонів хореографического образования постановку корпуса, рук, ног и головы. От правильной постановки этих частей тела, развития их взаимодействия (координации) в значительной степени зависят продуктивность в обучении танцу и достижение конечной цели этого обучения. Ошибки, допущенные в начале обучения, будут препятствовать последующему развитию мастерства учеников.

Автор считает необходимым указать на педагогические средства, способствующие осуществлению названных задач:

а) драматическое искусство предъявляет специфические требования к танцу как одному из выразительных пластических средств в создании художественного образа. Исполнение всех

---

<sup>1</sup> А. Я. Ваганова. Основы классического танца. Л., «Искусство», 1963, стр. 13.

танцевальных элементов не должно приводить к соответствующим штампам. Наоборот, необходимо воспитание общей танцевальной сценической выразительности. Важной стороной в совершенствовании элементов экзерсиса является достижение художественно-пластического результата. Это обеспечивается усложнением совершенствования элементов экзерсиса, которое идет по двум направлениям: по линии композиционно-технической и по линии музыкальной (темно-ритмической).

От исполнения простейших элементов экзерсиса, соединенных с доступными музыкальными формами, совершается постепенный переход к исполнению сложных танцевальных соединений (комбинаций). Эти комбинации создаются на основе небольших отрывков из музыкальных произведений и представляют их пластическое выражение. Танцевальная фраза является пластическим выражением законченного музыкального предложения или одной из частей музыкального произведения. Она состоит из нескольких гармонически соединенных танцевальных комбинаций, подчиненных мелодическому

рисунку музыкального произведения, и является составной частью танца. Этот этап в свою очередь предваряет переход к исполнению этюдов, танцев и сцен.

Весь этот процесс обеспечивает будущему актеру овладение действенной музыкально-танцевальной выразительностью. И в этом смысле совершенное по своей художественно-пластической форме исполнение элементов экзерсиса становится тем зерном, из которого вырастает танец и высокая степень танцевальности. В этом взаимодействии элементов при создании танца и повышении уровня двигательных возможностей актера основная педагогическая цель предмета «танец»;

б) автор подчеркивает, что быстрое восприятие и выполнение предложенных учащемуся сложных танцевальных комплексов, максимально приближенных к условиям: драматического спектакля, должно опираться на быстрое и точное выполнение постоянно изменяющихся и усложняющихся заданий в экзерсисе. Постоянное изменение заданий при выполнении экзерсиса совершенствует у обучающихся способность быстрой приспособляемости движений к новым условиям — качества, весьма важного для актера драматического театра. Но излишне частая, поурочная смена движений и музыки не дает возможности исправлять недостатки исполнения. Другая крайность, часто бытующая в практике обучения, заключается в повторении одного и того же экзерсиса на протяжении одного, двух и бол со месяцев. Такая практика приводит к образованию танцевального штампа. Упражнения выполняются внешне эффектно, но принцип ежеурочного повторения исключает повышение уровня координации и однообразно вводит в физическую работу скелетную мускулатуру обучающихся. Этот метод также не является продуктивным.

стр. 30

С нашей точки зрения, только метод повторения одного элемента упражнения, комбинации или урока в течение двух занятий (движения и музыкальное сопровождение меняются только через два занятия) дает возможность более полного усвоения материала. Первый урок идет на освоение и запоминание комбинаций, составляющих экзерсис, их порядок. Повторный урок дает возможность добиться от обучающихся наиболее совершенной техники и музыкальности исполнения. В результате предлагаемой нами новой методики возникает единый, в смысле слияния музыки и танца, и целенаправленный процесс развития обучающегося.

Следует обратить внимание на то, что именно этот метод дал наиболее положительные по качеству результаты обучения;

в) длительное и последовательное, а также грамотное выполнение элементов и упражнений экзерсиса, создавая у обучающихся устойчивые танцевальные навыки, гармонично развивает скелетную мускулатуру, что также является главной задачей.

В целях сознательного выполнения всех тренировочных и творческих задач учащиеся обязательно должны быть ознакомлены как с воздействием на их организмы упражнений танцевального экзерсиса, так и со значением танца как одной из форм движения, способствующей выразительности в драматическом спектакле.

Методически правильная педагогика в экзерсисе состоит в необходимости добиваться профессионального исполнения элементов.

Необходимо оговорить понятие о подлинном и мнимом профессионализме. Многие преподаватели предлагают к освоению большое количество элементов, соответствующих по степени трудности средним классам хореографических училищ. Качество исполнения при этом обязательно страдает. Оно отличается приблизительностью и потому не выполняет своей основной роли — активного развития скелетной мускулатуры. Введение излишних трудностей при обучении классическому экзерсису приводит к недостаточному развитию мышц, суставов и связок, а иногда и к травматизму. Последнее обстоятельство налагает на педагога ответственность в применении экзерсиса, требуя от преподавателя четкого понимания не только задач предмета, но и степени допустимых нагрузок. Поэтому «ажю в практике обучения соблюдать следующие условия:

Комплекс элементов экзерсиса должен быть весьма ограниченным. Но при исполнении

этих элементов следует добиваться профессиональной правильности. Она должна приближаться к уровню исполнения тех же элементов учащимися хореографического училища. Разница состоит в том, что в театральном учебном заведении следует использовать меньшее количество

стр. 31

элементов. Пусть педагог за год добьется профессионального исполнения 5—6 элементов экзерсиса (в отличие от 15 в хореографическом училище). Изучение 15 элементов и течение года приведет к низкому качеству, небрежности — это профессионализм мнимый. Подлинный профессионализм прививает обучающимся вкус к настоящей красоте танца, воспитывает у них сознание необходимости упорной работы для достижения правильности исполнения, играет важную воспитательную роль.

При отборе необходимых и доступных составу обучающихся танцевальных элементов и достижении профессионализма в их исполнении, экзерсис сыграет основную роль в формировании высокого качества танцевально-двигательных навыков, несложной, но профессиональной танцевальной техники.

Отбор элементов классического экзерсиса для взрослых людей, обучающихся драматическому искусству, должен исходить из основных элементов, включенных в программу первого-второго классов профессиональных хореографических училищ. Совершенствованию этих элементов по своему принципу должно основываться на программе хореографического училища.

### **Особенности обучения классическому экзерсису**

Достижения русской и советской школы классического танца и методика преподавания его основных элементов отобраны, обобщены и систематизированы выдающимся деятелем советской хореографии, профессором А. Я. Вагановой в ее известном труде «Основы классического танца», впервые изданном в 1944 году. Уже тогда стало очевидным, что значение этого труда выходит далеко за пределы учебника. Изложенная в нем методика преподавания классического танца явилась значительным вкладом в теорию и практику советской хореографической педагогики.

Использование теории и практики А. Я. Вагановой для преподавания классического танца (экзерсиса) в драматическом учебном заведении является абсолютной необходимостью. Сочетание совершенства форм и стиля в исполнении элементов, выработка с их помощью необходимых художественно-пластических качеств могут быть достигнуты на основе использования передовых, подлинно вагановских методов преподавания классического танца в его учебной форме, то есть экзерсисе.

Исполнение элементов экзерсиса у станка есть лишь первая фраза в выработке качества «танцевальность». Гармоничное развитие тела «обучающегося средствами классического экзерсиса завершается на середине.

Исполнение экзерсиса на середине является средством, приближающимся к пластичности в драматическом искусстве. Элементы экзерсиса на середине ставят перед исполнителем

стр. 32

задачу на освоение перемещения тела в ограниченном сценическом пространстве. Это средство, на основе выработанных у станка навыков, создает реальную базу для более высокого развития качеств и навыков, необходимых в драматическом искусстве.. Важнейшим направлением в упражнениях на середине следует считать последовательное обучение от исполнения простейших элементов (*demi plie*, *battment tendu*, *jete*, *rond de gambe par terre*, *grand battement jete* и т. д.) к исполнению основных поз классического танца и далее к *adagio*, то есть сочетанию элементов в стройную музыкально-танцевальную композицию, несущую выраженную в конкретной танцевальной хотя и несложной пластике музыкальную

мысль и настроение. Качество исполнения, его правильная технология уже не должны быть самоцелью. Adagio должно стать средством пластического выражения музыкальной мысли, а это столь важно для драматического искусства. Этот путь завершается в элементах allegro (прыжках), где такие качества, как мужественность, благородство и легкость, особенно у мужчин, получают свое конкретное воплощение.

Предложенная методика еще не вошла в практику обучения и является лишь желаемым направлением в танцевальном обучении. Насущной задачей прогрессивной методики будущего является необходимость внедрения высказанных здесь предложений в учебный процесс.

Постоянное совершенствование устойчивости, проводимое у станка и на середине, не только проверяется, но и совершенствуется. Без умения управлять инерциями тела, умения быстро и правильно перемещать вес тела невозможно выполнение упражнений, в основе которых лежит устойчивость. Развитие устойчивости по существу есть совершенствование функции вестибулярного аппарата учеников. Оно, не ограничиваясь элементами классического экзерсиса, продолжается в течение всего обучения и на всем учебно-танцевальном материале. Необходимо подчеркнуть роль смены направления движений, перемены опорной и двигающейся йоги, различных и постоянно меняющихся в пределах одного упражнения положений рук, корпуса и головы, поз, поворотов и остановок. Роль adagio, allegro в этом развитии первостепенна.

В предмете «танец» в театральных учебных заведениях пока еще мало обращают внимания на осознанное совершенствование вестибулярного аппарата, и в частности на развитие устойчивости. Как следствие этой недооценки в практике работы по танцу почти полностью отсутствует усиленное для учащихся исполнение элементов классического экзерсиса на середине и его составных частей — adagio и allegro.

Устойчивость обучающихся, усиленная упражнениями на середине и вылившаяся в исполнении adagio и allegro, представляет особую ценность для драматического искусства как

стр. 33

средство воспитания правильной осанки. В то же время качественное исполнение adagio и allegro является выражением уже достигнутых результатов в пластическом воспитании актера драмы.

Последовательное развитие устойчивости должно явиться обязательной педагогической задачей при обучении танцу.

### **Особенности обучения народно-характерному экзерсису**

Обучение народно-характерному экзерсису в целом аналогично классическому экзерсису. Однако необходимо помнить пластико-технологические особенности народного танца. Последовательная, систематическая работа по изучению народно-характерного экзерсиса значительно расширяет диапазон технического мастерства обучающихся.

Строить народно-характерный экзерсис следует таким образом, чтобы по мере его изучения технология танца постепенно подчинялась бы сценическим задачам. Важно понимать, что исполнение элемента народно-характерного танца продолжает линию развития танцевальности. Элементы народно-характерного танца на середине играют особую роль в выработке стиля и манеры исполнения как подлинно народных, так и сценически стилизованных танцев. Они, в силу своей технической и эмоционально-образной содержательности, являются ступенью к созданию пластического и танцевального действия. Кроме этого небольшие по размеру, но различные по характеру и темпо-ритму элементы народных танцев создают у обучающихся контрастность в подборе движений. Это тренирует еще более высокий уровень координации и скорости реакции, что так важно для пластичности драматического актера.

Элементы народно-характерного экзерсиса требуют меньше времени для изучения, чем элементы классического. Они по своей технологии и психофизической природе более

естественны и опираются на развитый танцевальной классикой пластический аппарат учеников. Упражнения народно-характерного экзерсиса еще не устоялись окончательно. Следует отбирать те, которые являются необходимыми для дальнейшего обучения. Эти упражнения должны стать основой в танцевальном образовании. Они должны найти выражение в исполнении различных по стилю и манере народно-характерных танцев, применяющихся в драматическом театре.

Анализ итогов в изучении танцевального экзерсиса у станка и на середине зала, определение содержания этого экзерсиса и наблюдение над итогами обучения по данному разделу позволяют сделать следующие выводы:

1. Система совершенствования элементов танцевального экзерсиса должна быть подчинена и теснейшим образом связана  
стр. 34

с задачами воспитания актера «школы Станиславского», в частности с разделом его системы, названным «Тренинг и муштра».

2. Совершенствование элементов танцевального экзерсиса должно базироваться на профессиональной хореографической методике с учетом физических особенностей обучающихся.

3. Танцевальный экзерсис активно участвует в формировании качеств, навыков и умений, необходимых актеру драматического театра.

4. Танцевальный экзерсис является основным тренирующим пластическим комплексом.

5. Танцевальный экзерсис положительно влияет на исправление физических недостатков, вырабатывает необходимую актеру любого профиля правильную осанку тела.

Таким образом определены возможности танца воспитывать и совершенствовать качества, необходимые актеру драмы, специальные навыки и умения, активно развивать хореографическую технику. Проведенное изучение и определение этих возможностей создает научную основу для их практического воплощения в театрально-хореографической педагогике.

стр. 35

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	
Основные разделы воспитания пластической культуры средствами хореографического искусства.....	
Повышение уровня психофизических качеств актера средствами хореографического искусства.....	
Танцевальный экзерсис как основной комплекс гармоничного развития тела	

Издательство ВЦСПС Профиздат — ул. Кирова, 13

*Юрий Иосифович Громов*

ВОСПИТАНИЕ ПЛАСТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ АКТЕРА СРЕДСТВАМИ ТАНЦА.

Редактор В. П. Лютиков

Техн. редактор В. Д. Шульдешова

---

Подп. к печати 14/X 1971 г. А 12777 Бумага тип. Л» 3 60X90<sup>1</sup>/<sub>16</sub> = 2,25 п. л.

Уч.-изд. 2,19 л.

Тираж 3000 экз.

Зак. 590

---

1-я типография Профиздата, Москва, Крутицкий вал, 18