ИССЛЕДОВАНИЕ ОПОРНЫХ РЕАКЦИЙ И ПЛАСТИЧЕСКОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ В ПРЕПОДАВАНИИ СПЕЦИАЛЬНОГО КУРСА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ АКТЁРАМ

Нижельской В.А., Кубряк О.В.

ФГБНУ «НИИ нормальной физиологии им. П.К. Анохина», Москва, Россия
v.nizhel'skoj@nphys.ru

Пластическая выразительность – неотъемлемое профессиональное качество актёров, танцоров, представителей прочих видов сценических искусств. Красота и выразительность движения – такие качества, которые проявляются при высоком мастерстве исполнителя, при филигранной технике выполнения движений. Однако, если рассмотреть спортивное или сценическое выступление, то можно отметить, что оно состоит не из отдельных движений, а из двигательных связок, которые представляют собой хореографию перемещения тела исполнителя в отведенном пространстве. Перемещение тела в пространстве основано на чувстве баланса и контроле вертикальной позы. Поэтому целью исследования является исследовать динамику параметров регуляции вертикальной позы при нацеленном повышении «пластической выразительности» у театральных актёров.

Цель: исследовать динамику параметров регуляции вертикальной позы при нацеленном повышении «пластической выразительности» у театральных актёров.

Испытуемые, методика: 19 здоровых молодых японских актёров токийских театров в течение 5-дневного учебного курса, ежедневно, выполняли инструкцию в процедуре с биологической обратной связью по опорной реакции (на силовой платформе), стоя вертикально. До и после курса анализировалось качество исполнения контрольных пластических этюдов, а также проводились контрольные постуральные пробы.

Результаты: быстрое обучение в процедуре с биологической обратной связью маркирует способность к повышению «пластической выразительности». Прогресс связывается с увеличением использования сценического пространства, раскрытием потенциала актёров.

Выводы: рост «пластической выразительности», ограниченный (лимитируемый) физическим развитием и подготовкой актёра, преимущественно связан с тактической выучкой. Способность к быстрому обучению такого рода может распознаваться с помощью двигательно-когнитивных тестов, оптимальный вид и способ применения которых будет зависеть от конкретных задач.

Ключевые слова: физическая тренировка, пластическая выразительность, силовая платформа (стабилоплатформа), вертикальная поза, физическое развитие, тактическая выучка.

RESEARCH SUPPORT REACTIONS AND PLASTIC EXPRESSION IN THE
SPECIAL TRAINING COURSE OF PHYSICAL EDUCATION FOR ACTORS

Nizhel'skoy V.A., Kubryak O.V.

Plastic expressiveness is the inalienable professional quality of actors, dancers, representatives of other types of performing arts. The beauty and expressiveness of movement are such qualities that are manifested with the high skill of the performer, with the filigree technique of performing movements. However, if we consider a sports or stage performance, then it can be noted that it consists not of individual movements, but of motor bundles, which represent the choreography of movement of the performer's body in the space provided. Body movement in space is based on a sense of balance and control of a vertical posture. At the same time, we believe that plastic expressiveness in the presence of proper physical training of the performer is due not only to the ability to balance, but also the ability to follow the choreographic pattern, effectively use motor abilities and tactical training. Therefore, the aim of the study is to investigate the dynamics of the parameters of the regulation of the vertical posture with the aim of increasing the "plastic expressiveness" of theater actors.

Objective: to investigate the dynamics of the parameters of the regulation of the vertical posture with the aim of increasing the "plastic expressiveness" of theater actors.

Subjects, methods: 19 healthy young Japanese actors of Tokyo theaters during the 5-day training course, daily, followed the instructions in the procedure with biological feedback on the support reaction (on the force platform), standing upright. Before and after the course, the quality of execution of the control plastic sketches was analyzed, as well as the control postural tests were carried out.

Results: Fast learning in a biofeedback procedure marks the ability to enhance "plastic expression". Progress is associated with an increase in the use of stage space, the disclosure of the potential of actors.

Conclusions: the growth of "plastic expressiveness", limited (limited) by the physical development and training of the actor, is mainly associated with tactical training. The ability to learn quickly of this kind can be recognized by motor-cognitive tests, the optimal type and method of application of which will depend on specific tasks.

Keywords: physical training, plastic expressiveness, power platform (stabiloplatform), vertical posture, physical development, tactical training.