

СОДЕРЖАНИЕ

ОБ ЭТОЙ КНИГЕ 8

СТРATEGИИ РАБОТЫ С АКТЕУРОМ 96

СТРATEGИИ РАБОТЫ С АКТЕУРОМ 102

ВВЕДЕНИЕ 11

НЕМОЕ КИНО, СИСТЕМА СТАНИСЛАВСКОГО И ФИЗИЧЕСКИЙ ТЕАТР 15

- Творческие приемы системы Станиславского
в немом кинематографе 18
Физический театр: повествование через тело 22

ДВА БЕЗМОЛВНЫХ ГЕНИЯ 24

- А как же третий гений? 25
Кто больше? 26
Чарли Чаплин. Трикстер-Бродяга 27
Бастер Китон. The Great Stone Face 29
Как заниматься тренингом по этой книге 33

РИТМ 35

ЧТО ТАКОЕ RITA И ПОЧЕМУ ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ С НЕЕ 37

ТИПЫ И ВИДЫ РИТМА 39

ВИЗУАЛЬНЫЙ РИТМ 41

- Ритмический рисунок 48
Каким бывает визуальный ритм 50
Тренинг визуального ритма 53

| | |
|--|-----|
| ЗВУКОВОЙ РИТМ | 63 |
| Ритмический слух | 65 |
| От звукового хаоса до гармонии ритмов | 68 |
| Ритмический рисунок отдельных звуков | 71 |
| Звучащий Великий Немой | 72 |
| Тренинг звукового ритма | 75 |
| Ритм, размер, доли | 85 |
| Коннакол как ритмическая основа звукового фона | 89 |
| Коннакол в музыке | 90 |
| Коннакол в ритмике немого кино | 92 |
| Тренинг по системе коннакол | 94 |
| Коннакол и тело | 96 |
| Ритм музыки и действия | 104 |
| Немое кино в живом сопровождении | 105 |
| Ритм film score | 106 |
| КИНЕСТЕТИЧЕСКИЙ РИТМ | 108 |
| Как найти и развить ритм своего тела | 112 |
| Изучите собственные ритмы | 116 |
| Ритм дыхания | 121 |
| Осознанная походка | 122 |
| Психические ритмы. Эмоциональная возбудимость | 124 |
| Исследуйте свой темперамент | 126 |
| Психоэмоциональный тренинг | 127 |
| ОТЛИЧИЕ ТЕМПА ОТ РИТМА. ТЕМПОРИТМ | 136 |
| Градации оценки и темпоритма | 140 |
| Темпоритм спектакля, сцены, кадра | 148 |
| Роль паузы в темпоритме | 162 |

| | |
|--|-----|
| Как тренировать физическую паузу | 166 |
| Телесное ощущение времени | 170 |
| Что такое взаимодействие на сцене | 182 |
| Виды сценического взаимодействия. Какие бывают партнеры на сцене и в кадре | 196 |
| Взаимодействие с предметом | 202 |
| НЕВИДИМЫЕ РИТМЫ. АКТЕРСКОЕ ОБЯЗАНИЕ. | 211 |
| ЛУЧЕВОСПРИЯТИЕ И ЛУЧЕИСПУСКАНИЕ | 216 |
| Роль энергетических центров в лучеиспусканнии и лучевосприятии | 220 |
| ВЛАДЕНИЕ ТЕЛОМ | 229 |
| ЧТО ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ НАШЕ ТЕЛО | 231 |
| Память тела. Идиокинезис | 234 |
| Вес, притяжение, сила тяжести | 237 |
| Укрепление вестибулярного аппарата. | 243 |
| Центр тяжести | 243 |
| Плоскости движения | 247 |
| Уровни взаимодействия в движении | 254 |
| Мышечный зажим и его причины | 262 |
| Мышечное самочувствие на сцене | 272 |
| Мышечная гимнастика | 273 |
| Роль диафрагмального дыхания в самочувствии мышц | 280 |
| Актерская импровизация и пластика тела | 285 |
| Имитация физических недостатков на сцене. | 291 |
| Коррекция особенностей тела | 296 |

| | |
|---|-----|
| КАК СДЕЛАТЬ ЛИЦО ВЫРАЗИТЕЛЬНЫМ | 308 |
| Из чего состоит лицо | 310 |
| Застывшая мимика | 319 |
| Освобождение лицевых мышц. | |
| Избавление от застывшей мимики | 321 |
| Тренинг лицевых мышц | 322 |
| НАУКА СМЕШИТЬ | 339 |
| ЗАКОНЫ ЮМОРА В НЕМОМ КИНО И ФИЗИЧЕСКОМ ТЕАТРЕ | 342 |
| Первый закон юмора. Снижение | 343 |
| Второй закон юмора. Контраст | 346 |
| Третий закон юмора. Неожиданность | 348 |
| Четвертый закон юмора. Ненормальность | 351 |
| Пятый закон юмора. Парадокс | 354 |
| Приемы комического | 357 |
| О комическом ритме. Смешное в движении | 364 |
| Тренинг комического ритма | 368 |
| Поиск персонажа | 381 |
| КАК ЗАМЕЧАТЬ КОМИЧЕСКОЕ В ЖИЗНИ. ВАЖНОСТЬ ВНИМАНИЯ | 388 |
| Круги внимания | 392 |
| Управление вниманием в большом кругу | 393 |
| Наблюдение жизни и людей | 397 |
| Наблюдение за собой | 409 |
| Наблюдательность и память | 410 |

| | |
|---|-----|
| От воспоминаний к действию | 413 |
| Тренировка памяти | 418 |
| Комические ассоциации | 422 |
| Роль воображения в создании комического | 427 |
| Где брать идеи для сценки, спектакля, линии роли | 433 |
| Тренинговые задания для поиска комедийного сюжета | 441 |
| Что такое гэг? | 445 |
| Изобретение гэгов. Практикум | 450 |

ЗАКЛЮЧЕНИЕ И БЛАГОДАРНОСТИ

ИСТОЧНИКИ

Внимание — это то, что делает нас людьми. Оно помогает нам адаптироваться к окружающей среде, решать проблемы и достигать целей. Но что такое внимание? Это способность концентрироваться на определенных объектах, игнорируя остальные. Источники информации об этом: научные статьи, книги по психологии и философии, фильмы и документальные программы. Особое внимание уделяется изучению внимания в контексте комедии и юмора — ведь эпиграфы многих языков касаются именно этого. А также в книге упоминаются работы известных ученых и практиков, таких как Ольга Лаврова, Геннадий Соловьев, Елена Григорьева и другие.

Благодарим Николай Касперова за помощь в написании книги. Спасибо за его профессионализм и тщательность в работе над текстами. А также всем членам семьи Касперовых за поддержку и помощь в создании этого проекта.