

الفن بلا توقف، العالم الاجتماعي في خدمة الفن
ES01-KA227-ADU-095851-2020-1

دليل التمثيل المسرحي

الفصل 6، مرحلة التمثيل



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



فهرس

01. ما هو العرض المسرحي؟
02. العناصر الأساسية للتمثيل المسرحي
03. فوائد التمثيل
04. أنواع الأداء المسرحي
05. أدوات لسرد قصة
06. نصائح للعمل بشكل أفضل
07. ألعاب مسرحية للجسد والصوت والعواطف

01. ما هو الأداء
المسرحي؟

مصطلح "مسرح" مشتق من الكلمة اليونانية "theatron" ، والتي تشير إلى "مكان للعرض ، تباهي".

وبالتالي ، يعد التمثيل من أقدم أشكال الترفيه والنشاط الثقافي الذي عرفه البشر. وهي أيضًا واحدة من الفنون المسرحية التي تتكون من إعادة خلق القصص.



التمثيل هو العمل أو الأعمال التي يقوم بها ممثل أو ممثلة من خلال حركاتهم وإيماءاتهم وأقوالهم ونغماتهم عند تمثيل شخصية في عمل مسرحي أو سينمائي أو أي عمل آخر. الأداء يجب أن يكون مشحوناً بنوايا قادرة على تحفيز المشاهد وبالتالي جعله يتلقى الرسالة في شموليتها.

من المتطلبات الأساسية أن يكون المتفرجون والممثلون على وعي، كونهم يعيشون، كل من موقعه ودوره، عملية التمثيل بشكل موحد.



وبالتالي ، فإن الأداء هو مشهد حي ومشارك.

02. العناصر الأساسية للأداء

يمكن التمثيل في أي مكان! فقط تحتاج إلى بعض العناصر الأساسية:

1. مكان الاداء . المكان الذي يتم فيه التمثيل ، سواء كان مسرحًا أو شارعًا أو حديقة أو مطعمًا أو غرفة المعيشة في المنزل. من المهم فقط أن يتحرك الممثلون بحرية وأن يتمكن الجمهور من الرؤية والسماع دون صعوبة.
2. نص. الأعمال تعتمد على نص ، أي سيناريو مشابه للنص السينمائي ، يشير إلى حوارات وأفكار الشخصيات (برلمان) ، والإجراءات التي سيقومون بها (تعليم أو شروح) ولحظات بداية واختتام كل مشهد.
3. الأزياء والمناظر الطبيعية. جميع عناصر الديكور أو الإعداد للعمل ، مثل الأزياء ، والدعائم (السيوف ، والطاولات ، والكراسي ، وما إلى ذلك) أو المناظر الطبيعية الخلفية: المدينة ، والريف ، والجبال ، إلخ.
4. ممثلين. أولئك الذين يمثلون شخصيات العمل المسرحي ، يميزون عمومًا بين الشخصيات الرئيسية والشخصيات الثانوية. يمكن للممثل نفسه القيام بعدة أدوار.

في هذا الدليل ، سوف نركز على الممثلين
الذين يقومون بتنفيذ الأداء المسرحي. كيف
تختبره؟ يمكنك أن تأخذ دورة تكوينية ولكن
حاول أيضا التمثيل مع مجموعة من
الأصدقاء أو عائلتك. التمثيل للجميع!

03. فوائد التمثيل

اللعبه هي أداة للتحرير. وخلق طاقة
تساهم في تنمية العقل والجسم.

تنمية ذاتية

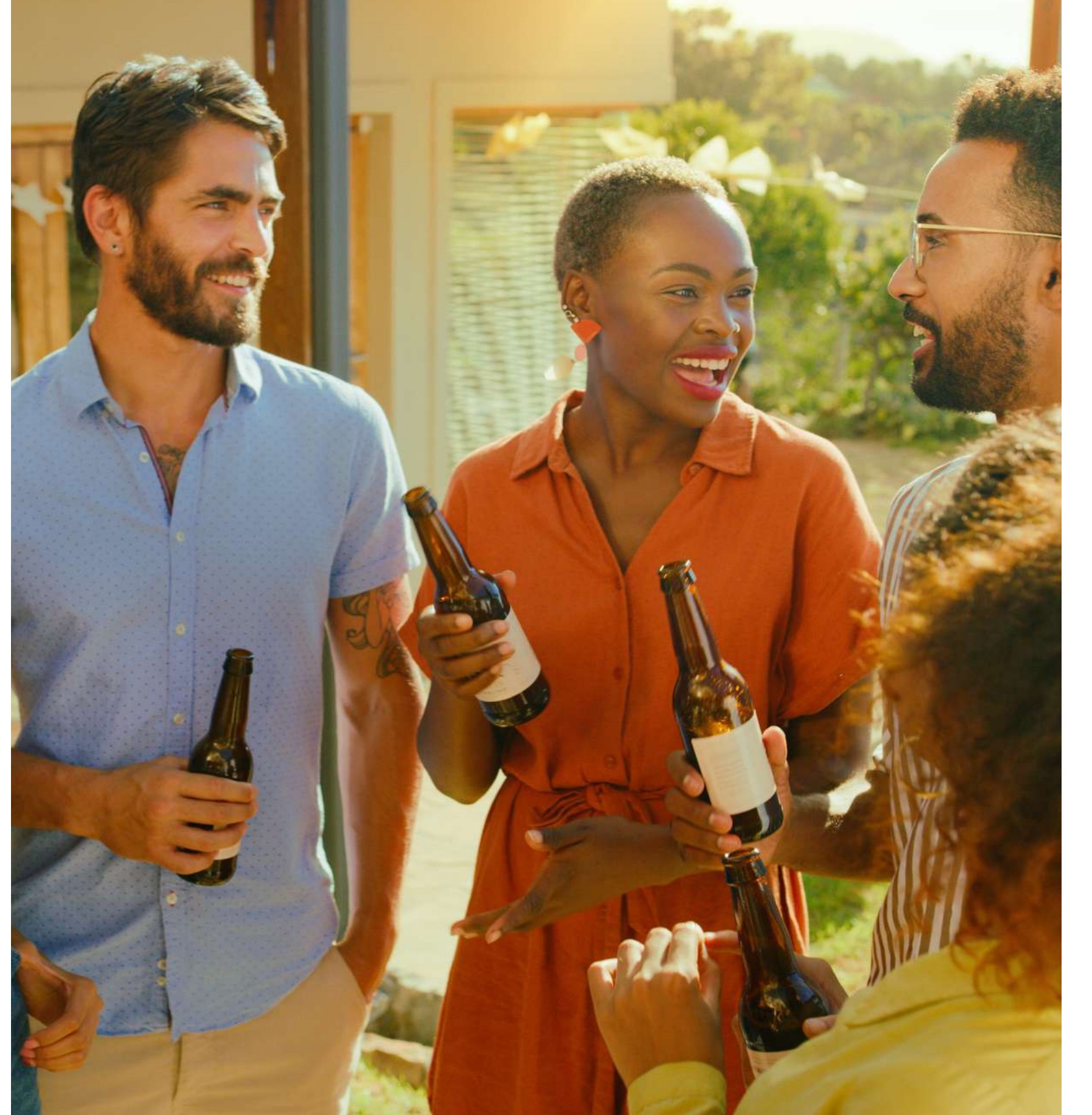
تسمح اللعبة بتكوين الشخص وثقيفه.

- تشجع الإبداع. يتطلب تطوير الشخصية والمشاركة في القصة درجة عالية من الإبداع.
 - زيادة التعاطف. تتطلب إعادة تكوين شخصية أن تنسى من أنت للحظة وأن تصبح شخصًا مختلفًا ، بإيماءاتهم ، ومشاكلهم ، وطريقتهم في المشي ، وصوتهم ، وما إلى ذلك.
- تطور تواصلك وثقتك بنفسك. إنه تعلم يشجع التعبير الشفهي أو الجسدي أو العاطفي. كما أن الظهور أمام الجمهور يتطلب عملاً للتغلب على الخجل أو العقد.



أداة اجتماعية

- زيادة المهارات الاجتماعية. إنه عمل جماعي مفيد جدًا للأطفال ، ويتطلب الصبر والتسامح والتعاون وإدارة الصراع أو التفاوض لتحقيق التماسك الجماعي.
- يعزز الاندماج. الأداء لا يميز بين العرق أو الدين أو الثقافة ، بل على العكس فهو يساعد على تشجيع وتوسيع وتقوية هذه المجالات المختلفة داخل اللعبة.



الطريقة العلاجية

- تطوير المهارات الحركية. يتم التواصل مع الجسم كله ، وبتحسين التنسيق ويتم توسيع المهارات الحركية.
- تحسين خفة الحركة الذهنية. تدريب الذاكرة ، وتحفيز القدرة على التفكير ، وتطوير مهارات اللغة والارتجال. العرض يجب ان يستمر!



والتمثيل لعب. التمثيل متعة!



04. أنواع الأداء المسرحي

منذ العصور القديمة ، تم تمييز المسرح إلى عدة أنواع وأجناس من الأداء:

- المأساة خصصت للدراما ، وتتعامل مع مواضيع مثل الموت والفشل وسقوط الإنسان في مصائب. إنها قليلة الاهتمام في الوقت الحاضر ولكن هناك أعمال مشهورة جدًا مثل روميو وجولييت.
- الكوميديا. مخصصة للمرح والعبث ، لإعطاء المشاهد ساعات من الضحك والتفاؤل. إنه نوع يمثل البشر أسوأ مما هم عليه ، من أجل الضحك عليهم.
- المسرح الموسيقي. يروي الممثلون القصص ويلعبون الشخصيات من خلال الموسيقى والرقص كما في الأوبرا أو الأسد الملك.
- الدراما. إنها تعكس الحياة اليومية وحيث يمكن للمشاهد التعرف بسهولة على المواقف ويندمج مع الممثلين.

- مناجاة فردية. يتم تأديتها مع ممثل واحد على خشبة المسرح ، والذي يعكس موضوعًا معينًا ، إما من خلال الفكاهة أو الدراما.
- الارتجال: يقوم الممثلون بالارتجال مباشرة لإنشاء مسرحية تستند إلى نص أو مرتجلة بالكامل على الفور.
- تجريبي: يقترح إشراك الجمهور في الحبكة ، بما في ذلك العناصر غير التقليدية مثل السيرك أو الألعاب البهلوانية أو غيرها من التعبيرات.
- المهرج: يعمل على اختبار نفسه في علاقة مع الطفل الكائن بدواخله ، وبالتالي استعادة العفوية وحرية اللعب.

كما ترى ، فإن التمثيل أكثر تعقيدًا مما يعتقده الكثيرون ، وتكريس نفسك لهذه المهنة يتطلب موهبة وجهدًا للوصول إلى قلوب المشاهدين.

05. أدوات لسرد قصة

الهدف الرئيسي من التمثيل هو سرد قصة تحافظ على تفاعل الجمهور وتسليته واهتمامه.

لفهم كيفية القيام بذلك بشكل صحيح ، دعنا نتبع مثال حكاية الغراب والثعلب. فيما يلي 9 أدوات يجب وضعها في الاعتبار عند سرد قصة:

1. الحبكة: تقديم فكرة واضحة مع العناصر الأساسية لتطوير القصة:

- البداية: الغراب على الغصن مع جبن في منقاره
- التطور: الغراب يتحدث إلى الثعلب
- نقطة التحول: الثعلب يملق الغراب ليحصل على الجبن
- الصراع: بعد الكثير من الغرور ، يريد الغراب إظهار مهاراته الغنائية ويسقط الجبن
- الخاتمة: أسطورة أخلاقية أنه لا ينبغي أن نصغي إلى المتملقين

2. تنمية الشخصية: تقديم وصف جيد يعرض نقاط قوتك ، وضعفك ، مظهرك الجسدي ،

إلخ.

- الغراب "فخور وسعيد جدا"
- الثعلب: "معلم جدا"
- السيناريو: تحديد الوقت والمكان والمزاج ، وما إلى ذلك.

3. تحدث القصة على غصن شجرة ويمكن أن تشم رائحة الجبن

4. الحوار: اقتراح التواصل بين الشخصيات التي لديها صراعات ، وحلول ، وما إلى ذلك.

يقوم الثعلب بعمل مونولوج قوي بمفردات معقدة للغاية لخداع الغراب

5. وجهة نظر: كيف يتم فهمها ورؤيتها (نغمة ، وقفة ، وما إلى ذلك)

هناك راوي يروي القصة ويحكم عليها

6.التصور المسبق: اقتراح شيء سيحدث بعد ذلك

في بداية القصة ، نعلم أن هناك جنبًا ، ونعتقد أن شيئًا ما يمكن أن يحدث معها.

7. ذكريات الماضي: تذكر التفاصيل التي سبق ذكرها

من خلال مغزى القصة ، يمكن للغراب أن يتذكر ما حدث وعواقب أفعاله.

8. النبوة: التحدث بثقة ، والاستعداد ، وما إلى ذلك.

الثعلب يتحدث رائع يمكنه إقناع الناس بسهولة

9. الصور: ارسم القصة حتى يتمكن الناس من تصورها. يمكنك استخدام الرموز

والإيماءات والأشياء وما إلى ذلك.

من السهل جدًا تصور المشهد ويمكننا أن نفهم أن الثعلب والغراب يرمزان إلى الأشخاص /

المواقف الواقعية

بعد النظرية ، أنت جاهزة لإخبار قصتك الأولى!

ابدأ بطرح الأسئلة التالية على نفسك لفهم شخصيتك وقصتك:

من أنا؟
اين انا؟
متى؟
ماذا اريد؟
لأنني أريد ذلك؟
كيف سأحصل عليه؟
ما الذي أحتاج لتجاوزه؟



ثم فكر في كيفية استخدام جسدك وصوتك وعواطفك لسرد قصتك

كيف اتحرك؟

- الجسد هو الجوهر والشخصية المادية للشخصية. التعبير عن الأفكار والعواطف لعرض الأشياء التي يصعب وصفها بالكلمات. لذلك من المهم اكتشاف وتقوية مهاراتك مثل التحكم في الجسم ، والوضعية ، والاستطالات ، والنبضات ، والجسد في الفضاء.

كيف اتحدث؟

- الصوت هو انبعاث الصوت من الإنسان ومن المهم عرضه بطريقة يستمع إليها ويفهمها الجميع. لتدريب الصوت ، من الضروري التحكم في التنفس والاهتمام بجودة ونبرة وصدق ما يقال. كيف يمكنني مشاركة ما أشعر به؟

- تبدأ المشاعر من الواقع ، من مراقبة البيئة وحياة الشخصية ، والتحقيق الشخصي والجمع بين ما تم تعلمه في الصوت والجسد.

جربها!

06. نصائح للاداء
بشكل أفضل

لكي تكون ممثلاً رائعاً ، عليك أن تصبح
جزءاً من القصة بطريقة تجعل الجمهور
يتتبعه في القصة ولا ينتبه لأدائك. للتصرف
بشكل أفضل ، لا تتردد في اتباع النصائح
التالية:

استعد جيداً!

- تعرف على التقنيات وعلى نفسك: لا يمكنك الإبداع بدون معرفة. إن الوعي بنفسك والتاريخ وأساليب التمثيل هي عملية كاملة للتدريب والانضباط وأسلوب حياة. ما يبدو بسيطاً في بعض الأحيان هو الأكثر تعقيداً ويتطلب عملاً هائلاً مسبقاً.
- اندمج في دورك التمثيلي: يُنصح بالتحقيق لاحقاً حول الشخصية وخصائصها ، إما كتجربة حياتية أو قصص حول محيطه.



- تعلم النص جيدًا: اقرأ النص وأعد قراءته مرارًا وتكرارًا ، ليس فقط الأجزاء الخاصة بك ولكن كل السطور ، حتى تتمكن من فهم رد فعل شخصيتك بشكل أفضل. ستساعدك معرفة القصة الكاملة على تذكر سطورك.
 - استمع بفاعلية: يجب أن تعطي انطباعًا أن ما تسمعه شخصيتك تسمعه للمرة الأولى. قاوم الرغبة في قول سطورك على الفور فقط لإثبات أنك تعرفها ، وتذكر أنها محادثة.
- كن صادقًا. استخدم عواطفك وخبراتك السابقة لبناء تفسيرك.

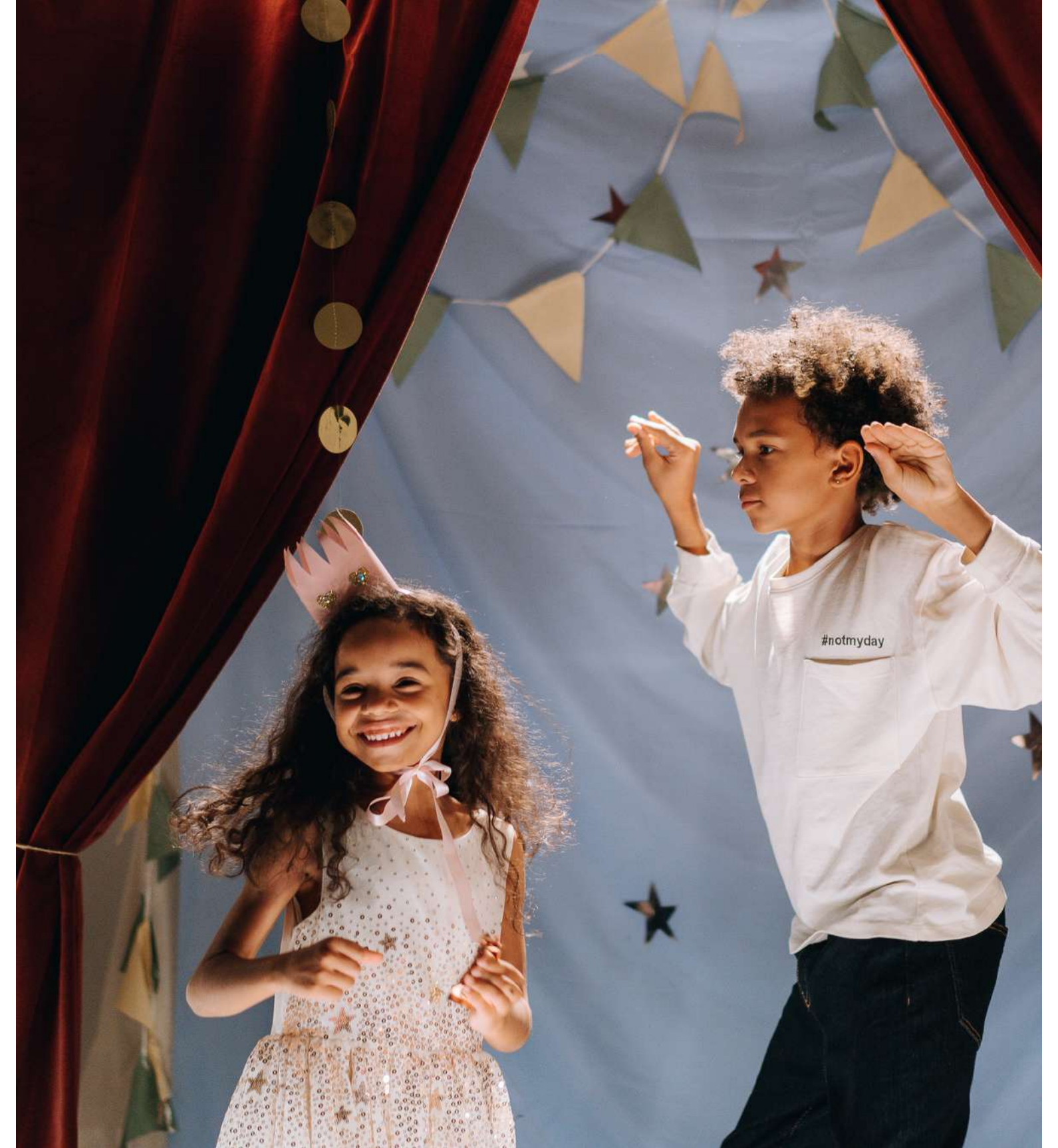




استمتع باللحظة!

- كن شجاعًا: انظر إلى ما هو أبعد من الخيار الأسهل بالنسبة لك عند الأداء، قم بمجازفة.
- كن واثقًا: ثق بنفسك وقدراتك دون إصدار حكم. يمكننا جميعًا ان نمثل. التمثيل هو الحياة ، لذلك من المهم إظهار الاحترام لعملك.
- لا تضغط على نفسك. التمثيل مثل الحب ، تشعر به أو لا تشعر به.

- لا تبحث عن الضحك. إذا ظهر الضحك فهو موضع ترحيب ولكنه ليس الهدف. الهدف هو إظهار حالة الإنسان. التواصل مع الجمهور ونقل المشاعر وملاحظة أنفسنا والتعرف عليها.
- تكيف وقم بالارتجال. تعتبر الوحدة بين الجمهور والممثل أمرًا حيويًا. إذا لم تكن هذه الوحدة حاضرة ، يسقط العرض. عليك أن تكون متقبلًا للغاية لتحس بالجمهور.
- ضع انانيتك جانبًا. عندما تمثل ، من السهل جدًا أن تصاب بخيبة أمل عندما لا تحصل على الدعم أو المكافأة. لكن عليك أن تهتم بخلق والحفاظ على الأنا في مكان لا يعرقل أحدا.



07. ألعاب مسرحية للجسد والصوت والعواطف

عندما يتعلق الأمر بالتدريب ، يمكننا تقسيم التدريب إلى ثلاثة أجزاء: الجسم والصوت والعواطف.

اللعبة 1 - الجسم: تحيات الجسد

المدة: 5 دقائق

الهدف: تخيل وأخلق بجسدك.

وهي عبارة عن ابتكار طرق أخرى للتحية: كيف تكون التحية بالكتفين ، بالعيون ، بالظهر ، بالركبتين ، بالوركين ، بالفم؟ يتحرك جميع المشاركون في الفضاء وتبدأ اللعبة ، وبعد هذه المرحلة الأولى سيفعلون الشيء نفسه ، لكنهم سيبالغون في كل تحية ، وبالتالي يدفعون بالجسم إلى أقصى حد.

لعبة 2 - صوت: الغابة

المدة: 5 دقائق

الهدف: الإسقاط والتعبير عن الأصوات.

تواصل حسب نوع الحيوان. تخيل التحيات مع حيوانات مختلفة تتضمن شكل أجسامها وأصواتها. مثال: كيف تتواصل القطط؟ الكلاب؟ العقارب؟ الطيور الصغيرة؟ الفيلة؟ القروذ؟ الجميع منتشرون حول المكان ، يبدأ أحدهم ويقلدهم الآخرون وهكذا حتى يشارك الجميع.

لعبة 3 - العواطف - نادل المشاعر

المدة: 10 دقائق

الهدف: تنمية التعاطف وتجربة مشاعر قوية

تدور أحداث المشهد في مطعم مع 3 مشاركين: زبونان وناادل واحد. يركز الزبونان على الشعور ونقل عاطفة محددة ومختلفة للغاية: الغضب ، الفرحة ، الخجل ، الازدراء ، المفاجأة ، الاهتمام ، الاشمئزاز ، الثقة ، إلخ. في جميع أنحاء المشهد ، يتعين على النادل تغيير انفعالاته لتقليد شعور الزبون الذي يتحدث إليه. أيضًا ، يجب على جميع المشاركين تكثيف مشاعرهم شيئًا فشيئًا.

لعبة 4 - قصة

الهدف: خلق قصة متماسكة من خلال كلام الآخر

المدة: 15 دقيقة

يشكل جميع المشاركين حلقة ، سيبدأ المرشد في نطق كلمة وسيبدأ الشخص الموجود على يمينه بكلمة أخرى وهكذا دواليك حتى بناء قصة ، على سبيل المثال:

مشارك 1: في

مشارك 2: يوم ما

مشارك 3: خاصتي

مشارك 4: أمي

المشارك 5

مشارك 6: بضربي الخ ...

تابعنا هنا.



@art_no_stop_erasmus



facebook.com/art.no.stop.erasmus/



@artnoozu7su



@art.no.stop.erasmus



<https://www.artnostop.com/>



الفن بلا توقف، العالم الاجتماعي في خدمة الفن

ES01-KA227-ADU-095851-2020-1



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission.

This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.