

115회 대공연 트레이닝 자료 (2017.3.)

연출 이소정

1. 대사훈련

목표: 대사의 처리에 따라 느껴지는 감성이 크게 달라짐을 인지 같은 대사를 감정의 상태에 따라 다르게 표현할 수 있도록 훈련

1) “응”으로 대화하기

- 2명씩 짝을 지어 연습
한명은 자연스럽게 이야기를 시작, 다른 한명은 “응”으로만 대답, 그리고 “응”을 통해서 대화를 이끌어 갈 수 있도록 한다.
- 한 대화당 5분 정도의 대화. 대화를 하면서 자신이 하는 “응”의 다양한 변화를 느껴 본다.

2) “아-왜”로만 대화하기

- 2명씩 짝을 지어 대화
 - “아-왜”만을 이용해 약 2분간의 상황을 표현
 - 무슨 상황인지, 어떤 대화를 했는지 맞춰본다.
 - 짧은 말의 다양한 변화를 느껴보고, 그것으로 여러 가지 상황을 표현할 수 있는 순발력을 기른다.
- “아-왜”로 감정 쌓기, “아-왜”로만 대화하면서 느껴지는 감정들을 발산시켜보기
- “아-왜”로 감정을 쌓아가기 힘들다면 상대방이 알 수 없게 특정 감정을 대입시켜주기 ex. A에게는 슬픈 감정, B에게는 기쁜 감정 (감정 쌓아가기로 발전시킬 수 있음)

3) 같은 대사를 강조를 달리해 읽어보기

- 짧은 대사를 준비해(배우수의 3배수 정도로 준비) Ex) “제발 이번 일은 형을 빼고 날 넣어주세요.”
제발에 강조 - 깊은 애원의 의미
이번일에는 강조 - 다른건 괜찮은데 이번일만은
형을 빼고 - 형만큼은 절대로 안됩니다.
날에 강조 - 반드시 내가 해야 합니다.
- 대사의 상황마다 자연스럽게 강조를 넣어 대사의 느낌을 살리는 능력을 기른다.
- 대사는 매일 다른것을 준비.

4) 같은 대사를 감정을 달리해 읽어보기

- 짧은 대사를 준비한다.
EX) “오늘 날씨가 너무 좋은것 같아” (기쁘게, 슬프게, 급박하게, 놀라면서 등등으로)
- 감정을 달리하며 대사를 읽는 훈련을 통해 상황에 맞는 대사표현 능력을 기른다.

- 어떤 감성으로 읽은 것인지 관찰자들이 맞춰보고 어떤면에서 의도했던 감성이 전달되지 않았는지 의견을 나눈다.

5) 시읽기

- 시를 감정을 풍부하게 사용하여 낭독해 본다.
- 가능하면 표현하는 몸짓을 함께 사용한다.
- 시를 읽음으로써 감정의 표현을 최대한으로 사용해 본다.

6) 독백 또는 방백대사를 충분한 감정표현을 하며 읽어보기

- 독백 대사를 나눠준 후 5분간의 분석 시간을 준다.
- 한 명씩 돌아가며 읽게하고 어떠한 감정이 주된 감정이었는지, 그를 위해 어떤 대사를 가장 강조하려 했는지 맞춰보고 말해 본다.

7) 노래 가사 읽기

- 각자 잘 알고 있는 노래를 하나씩 준비한다.
- 준비한 노래를 음을 넣어서 불러본다.
- 음과 박자를 통한 느낌을 충분히 살렸으면 음을 삭제하고 가사만으로 느낌을 줘본다.
- 텍스트에 느낌을 담는 경험을 쌓는다.

2. 반응훈련

목표 : 몸을 움직이고 관찰력을 향상시켜 적절한 반응과 표현을 가능하게 한다.

1) 콩주머니 치기 (우유팩, 인형 등으로 대체가능)

- 가장 많이하고 또 기본적으로 하는 훈련으로 식사후의 늘어짐을 방지하고 반응, 관찰력을 향상시킨다.
- 콩주머니를 준비
- 참가자들이 서로 주머니를 튀겨 건네면서 떨어뜨리지 않도록 한다.

2) 거울 되기

- 2명씩 짝을 지어 상대방의 움직임을 모방한다.
- 모방 당하는쪽은 최대한 천천히 움직여야 하며, 모방하는 쪽은 미세한 움직임을 놓치지 않도록 해야한다.
- 관찰력을 개발하고 상대방의 움직임에 맞게 반응하는 능력을 기른다.

3) 상대방 관찰하고 인정하기

- 2명씩 마주 보고 앉아서 번갈아 가며 상대방의 움직임을 관찰한다.
 - 관찰한 행동을 모두 입 밖으로 말한다. "너 지금 00 하고 있어."
 - 상대방이 관찰해서 말하면 "맞아. 나 지금 00하고 있어." 인정하고 바로 상대방의 행동 관찰해서 말한다.
- 한 명이 계속 상대방의 행동을 관찰하면서 말하고 자신의 행동, 특징과 연관 지어 말을 계속 이어간다. (자기 내려놓기, 자기 말 이어가기)
- 원형: 속말 내뱉기 - 2명이 서로 마주보고 앉아서 상대방을 보고 스쳐지나가는 생각들을 모두 입 밖으로 내뱉는다. ex. "너 눈이 갈색이야. 오. 예쁘다. 너 지금 자세가 이상해. 쉬 마려운 것 같아." (굳이 말이 아니라 표정이나 행동, 감탄사여도 관계 없음. 서브 텍스트와도 연관 지을 수 있음)

4) 밀치기

- 두명씩 짝을 지어 등을 맞댄다.
- 서로 힘을 주어 등으로 상대방을 밀어내도록 한다.
- 밀어내면서 천천히 앉는다.
- 하지만 자세가 무너지면 안되며, 상대방보다 자신이 가하는 힘이 더 강하다고 느낄때는 힘을 빼고, 자신이 약하다고 생각하면 힘을 더 준다.
- 상대방의 반응을 민감하게 느끼고 반응해야 하므로 적절한 반응에 대한 훈련이 가능하다.

5) 목검 피하기

- 두명씩 짝을 짓고 한명은 피하는쪽, 한명은 때리는 쪽으로 한다.
- 타격에 따른 반응은 다음과 같다.
 - 머리 베기 - 자세를 낮춘다.
 - 왼쪽 베기 - 오른쪽으로 몸을 튼다.
 - 오른쪽 베기 - 왼쪽으로 몸을 튼다.
 - 가운데 찌르기 - 몸을 뒤로 뺀다.
 - 다리 베기 - 점프를 한다.
- 처음에는 천천히 각 반응을 할 수 있도록 하고 점점 스피드를 빠르게 한다. - 상대방에 대한 관찰과 더불어 즉각적인 반응이 가능하게 한다.

6) 사진 찍기

- 팀을 2팀으로 나눈다.
- 무대위를 천천히 걷다가 신호가 내려지면 주어진 시간내로 하나의 사진을 만들어낸다.
- 상대팀은 그것을 관찰하고 어떤 사진인지를 맞추어 낸다.
- 상대방의 움직임에 대한 빠른 반응, 표현력이 필요하다.

7) 그림 만들어가기

- 한 명의 주도자가 무대위로 올라가 한 가지 행동을 한다.
- 한 명씩 투입되며 다른 행동을 하며 점점 일관된 하나의 상황으로 만들어 나간다.
- 상대방에 대한 관찰 및 표현력이 필요하다.

8) “주체”로서의 배우

- 한사람을 다른 배우들이 둘러싼다.
- 가운데의 사람이 움직이기 시작하면 나머지 사람들은 그가 동작을 완벽하게 수행할 수 있도록 돕는다.
Ex) 발을 들어올리려 하면 재빨리 발판이 되어주고, 벽에 기대려 하면 재빨리 벽이 되어주는 식으로.
- 주인공은 자신의 의도를 알아챌 수 있도록 천천히 움직여야 한다.
- 주인공을 바꾸어가며 반복한다.
- 상대방에 대한 반응, 관찰력 향상

9) 의자를 이용한 이미지 만들기

- 다섯 개 정도의 의자에 각각의 이미지를 부여하고 번호를 붙인다.
- 의자의 번호를 부르면 배우들은 재빠르게 의자를 가지고 그 번호에 해당하는 이미지를 만든다.
- 몇차례 반복후 한꺼번에 몇 개의 번호를 부른다.
- 순발력 및 표현력을 향상시킨다.

10) 무궁화 꽃이 피었습니다. - 설명 생략

11) 이야기 인생극장

- 한 배우가 자신이 실제로 겪은 일을 말한다.
- 그 이야기를 들은 나머지 배우들이 그 이야기를 하나의 장면으로 만든다.
- 그 후 이야기와의 차이점을 토론한다.

12) 몸으로 말해요

- 두 팀으로 나누어 한 팀이 상대 팀에게 영화 제목이나 속담등을 지정한다.
- 각 팀에서 한 사람이 나와 지정된 문구나 이름, 제목을 마임으로 설명하면 그것이 무엇인 지를 맞춘다.
- 명백한 상징이나 힌트를 많이 주는 몸짓은 자제하도록 한다.

3. 감각훈련

목표 : 신체의 감각을 향상시키고 촉을 열게 한다.

1) 음악듣기

- 음악을 몇 곡 준비해서 틀어준다. 처음 한 두 번은 전곡을 들려주고 그 다음부터는 처음 부분만 들려주고 스피커를 끈다.
- 배우들은 소리가 없는 상태에서 음악을 스스로 들으려 노력한다.
- 신호가 주어지면 듣고 있던 부분을 노래로 한다.
- 팀을 나누어서 실행한다.
- 배우들의 집중력과 기억의 정확도를 향상시킨다.

2) 냄새 맡기

- 집에 있는 자신들의 향수를 한 두 개씩 가지고 온다.
- 향수를 각 각 섞고 배우들은 눈을 감고 냄새를 맡는다.
- 어떤 향수인지 맞추어 본다.
- 그 후에 향수의 냄새를 몸으로 표현하고 다른 배우들이 맞추어 본다.
- 후각의 집중도, 느낌을 훈련해 본다.

3) 시체가 되시다.

- 한 사람을 곱으로 뽑는다. 곱으로 뽑힌 사람은 구석에 가서 등을 돌리고 있고 다른 사람들은 각각에 일에 열중한다.
- 곱이 큰소리를 내면 다른 사람들은 모두 바닥에 쓰러져 죽은척을 한다.
- 곱은 나머지 사람들을 계속 건드리며 반응을 보이게 해야한다.
- 반응을 보인 사람은 다시 곱이 되어 남은 사람들을 건드린다.
- 감각을 최대한 죽임으로써 역으로 감각이 예민하게 되는 경험을 하게 된다.

4) 조금만 딛고 서기

- 2팀으로 나누어 각 팀마다 일정 사이즈의 종이를 제공한다.
- 종이 안에서 자유롭게 서있도록 한다.
- 양팀이 모두 자유롭게 서 있게 된다면 종이의 사이즈를 반으로 줄이고 반복한다.
- 최대한 몸의 적은 부분을 이용하여 서있을 수 있도록 한다.
- 근육의 움직임, 상대방과의 협력등을 통하여 신체적 감각 능력을 향상시킨다.

5) 사면에서 오감 표현하기

- 룸의 각 면마다 감각을 지정해 준다. (촉각 시각 청각 후각)
- 각 면을 지날 때 마다 일정한 상황을 지정해 준다.
- 배우들은 각 면을 지나면서 지정하는 상황에 맞는 상태를 표현한다.
- 다양한 상태를 순발력 있게 표현하는 경험을 쌓는다.

6) 감각 방

- 4면이 막힌 방을 설정한다. (공간의 크기는 상상에 맡긴다.)
- 방의 크기가 줄어들었다가 커지고 바닥이 뜨거워지고 물이 차오르고 연기가 피어오르는 등 감각적으로 반응할 수 있는 변화들을 준다. (연출이 디렉팅을 주면 배우들은 촉을 열고 상상하며 상황에 반응한다.)

7) 작은 물건으로 하는 행동 마임으로 표현하기

- 렌즈 세척, 귀걸이 빼기, 바느질, 화장하기, 세수하기, 양치하기, 손톱깎기 등 작은 물건으로 하는 행동을 마임으로 표현해 본다.
- 평소 습관적으로 하는 사소한 행동들을 관찰하고 감각을 여는 훈련을 한다.

8) 샤워하기

- 샤워하는 루틴을 마임으로 표현한다.
- 평소 자신이 샤워하는 모습을 관찰하고 감각을 살려 재현해 본다.