

Муниципальное казенное общеобразовательное  
учреждение средняя общеобразовательная школа села Русский Турек  
Уржумского района Кировской области

РАССМОТРЕНО

на заседании педсовета

Протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.

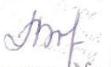
СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

 Попова О. В.  
Протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

 Попова Л. В.  
Приказ № 46 ОД  
от «30» августа 2024 г.

ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННО - ЭСТЕТИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ  
«ШКОЛЬНЫЙ ТЕАТР  
«ЧАРОДЕИ»

Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 7-16  
Срок реализации программы: 4 года  
Программа составлена  
Ветлужских Валентиной Валерьевной,  
учителем начальных классов,  
стаж работы 40 лет

Русский Турек, 2024

## 1. Пояснительная записка.

- Рабочая программа театрального кружка «Буратино» разработана в соответствии с
- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
  - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования», утвержденный приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373.
- Рабочая программа театрального кружка для 4-6 классов прежде всего направлена на развитие художественно-творческих способностей учащихся и является продолжением изучения таких учебных предметов, как музыка, ИЗО, литература, риторика. Стремление к актерству, к игре присуще всем детям. Потребность личности в игровом поведении, способность «входить» в игровой режим обусловлены особым видением мира и связаны с силой творчески-преобразующей деятельности. Поэтому умение играть, исполнять роль – это показатель культуры как личности, так и общества в целом.
- Отбор сценарного материала в рамках реализации данной программы обусловлен его актуальностью в воспитательном пространстве школы, художественной ценностью, воспитательной направленностью и педагогической целесообразностью.
- Самое главное для педагога в работе с детьми – умение направить ребят на такую деятельность, чтобы они ощущали свою самостоятельность, успешность, удовольствие от творческого процесса, удовольствие от общения друг с другом..
- В театральном кружке масса возможностей проявить инициативу, творчески самореализовываться.
- Не менее важно, что происходит приобщение каждого ребёнка к общечеловеческим ценностям, созданы все условия для культурного социального развития.
- Большое значение имеет приобщение детей к родной отечественной русской культуре, воспитывается любовь к своей Родине – России. Это связано с тем, что все мероприятия обязательно основываются на творчестве русского народа.
- Занятие в театральном кружке развивает у детей умение трудиться. Выучить роль, сыграть её так, чтоб понравилась зрителям – это огромный труд... Труд и ещё дисциплина.
- Вид программы по целевой направленности: общекультурная.

**По тематической направленности:** художественная, ведь театральное искусство синтезирует в себе музыку, литературное творчество, изобразительное искусство, прикладное творчество и т.д.

**Актуальность и социальная значимость** данной программы состоит в том, что дополнительные занятия в атмосфере творчества, тесного общения с театральным искусством способствуют развитию не только творческих способностей, но и формируют и развивают коммуникативную культуру личности каждого участника, его игровую культуру, формируют его систему ценностей в человеческом общении. Работая в группе ребенок осознает свою значимость в общем деле, свою индивидуальность в исполняемой роли, воспитывает в себе чувство ответственности в выполнении каких-либо поручений, обязанностей. Программа предполагает активное включение в творческий процесс учащихся, родителей, классного руководителя.

**Практическая значимость** состоит в том, что дополнительные занятия в театральном кружке формируют устную речь, развивают ее выразительные и интонационные возможности – в общем, формируют культуру устной и сценической речи; развивают память, формируют художественный вкус ребенка, в целом обогащают его жизнь новыми

яркими ощущениями, что соответствует созданию условий для достижения качества образования, всестороннего развития личности учащихся.

Приобщить детей к театральному и музыкальному искусству посредством малых форм театрализации с музыкальным оформлением (литературно-музыкальные композиции, инсценировки, мини-спектакли).

Направлена:

- на развитие активного интереса к различным видам искусства, на формирование умений и навыков: сценического движения, речи, работы над художественным образом, вокального исполнения;
- на формирование творческого коллектива, направленного на воплощение единой цели.
- на ценностное развитие личности в условиях сотворчества и сотрудничества.

В соответствии с целью, поставленной данной образовательной программой, выделяется ряд педагогических задач, которые предстоит решать руководителю в ходе реализации программы;

**Задачи:**

- формировать элементарную сценическую, исполнительскую культуру у детей - членов театрального кружка;
- развивать творческие способности, возможности памяти, речи, воображения, логического и творческого мышления каждого ребенка;
- формировать у детей интерес к театральному искусству, к музыке, к поэзии;
- формировать коллектив;
- воспитывать гармонически развитую личность в процессе сотворчества и сотрудничества.

Описание места курса в учебном плане

В 2-5 классах —34 ч в год (1 ч в неделю, 34 учебных недели)

## **2. Планируемые результаты**

У обучающихся будут сформированы универсальные учебные действия.

### **Учащиеся должны знать**

- правила поведения зрителя, этикет в театре до, во время и после спектакля;
- виды и жанры театрального искусства (опера, балет, драма; комедия, трагедия; и т.д.);
- чётко произносить в разных темпах 8-10 скороговорок;
- наизусть стихотворения русских авторов.

### **Учащиеся должны уметь**

- владеть комплексом артикуляционной гимнастики;
- действовать в предлагаемых обстоятельствах с импровизированным текстом на заданную тему;
- произносить скороговорку и стихотворный текст в движении и разных позах;
- произносить на одном дыхании длинную фразу или четверостишие;
- произносить одну и ту же фразу или скороговорку с разными интонациями;
- читать наизусть стихотворный текст, правильно произнося слова и расставляя логические ударения;
- строить диалог с партнером на заданную тему;
- подбирать рифму к заданному слову и составлять диалог между сказочными героями.

### **Предполагаемые результаты реализации программы**

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по трём уровням.

**Результаты первого уровня (Приобретение школьником социальных знаний):** Овладение способами самопознания, рефлексии; приобретение социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия; развитие актёрских способностей.

**Результаты второго уровня (формирование ценностного отношения к социальной реальности):** Получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, культура)

**Результаты третьего уровня (получение школьником опыта самостоятельного общественного действия):** школьник может приобрести опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений, опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

### **Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- целостность взгляда на мир средствами литературных произведений;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта слушания и заучивания произведений художественной литературы;
- осознание значимости занятий театральным искусством для личного развития.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

### **Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над пьесой;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

### **Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- пользоваться приёмами анализа и синтеза при чтении и просмотре видеозаписей, проводить сравнение и анализ поведения героя;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности при сочинении рассказов, сказок, этюдов, подборе простейших рифм, чтении по ролям и инсценировании.

### **Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;

- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

### **Предметные результаты:**

#### **Учащиеся научатся:**

- читать, соблюдая орфоэпические и интонационные нормы чтения;
- выразительному чтению;
- различать произведения по жанру;
- развивать речевое дыхание и правильную артикуляцию;
- видам театрального искусства, основам актёрского мастерства;
- сочинять этюды по сказкам;
- умению выражать разнообразные эмоциональные состояния (грусть, радость, злоба, удивление, восхищение)

Изучение данного курса позволит детям получить общее представление о театре, овладеть азами актёрского мастерства, получить опыт зрительской культуры, актёра, научиться выражать свои впечатления .

Итогом занятий кружка является участие учеников в инсценировке прочитанных произведений, постановке спектаклей, приобретение опыта выступать в роли режиссёра, актёра.

Программа предусматривает использование следующих форм проведения занятий:

- игра
- беседа
- иллюстрирование
- изучение основ сценического мастерства
- мастерская образа
- мастерская костюма, декораций
- инсценирование прочитанного произведения
- постановка спектакля
- посещение спектакля
- работа в малых группах
- актёрский тренинг
- экскурсия
- выступление

Актёрский тренинг предполагает широкое использование элемента игры. Подлинная заинтересованность ученика, доходящая до азарта, – обязательное условие успеха выполнения задания. Именно игра приносит с собой чувство свободы, непосредственность, смелость.

Большое значение имеет работа над оформлением спектакля, над декорациями и костюмами, музыкальным оформлением. Эта работа также развивает воображение, творческую активность школьников, позволяет реализовать возможности детей в данных областях деятельности.

Важной формой занятий являются экскурсии в театр (виртуальные), где дети напрямую знакомятся с процессом подготовки спектакля: посещение гримерной, костюмерной, просмотр спектакля. После просмотра спектакля предполагаются следующие виды деятельности: беседы по содержанию и иллюстрирование.

Беседы о театре знакомят школьников в доступной им форме с особенностями реалистического театрального искусства, его видами и жанрами; раскрывает

общественно-воспитательную роль театра. Все это направлено на развитие зрительской культуры детей.

Изучение основ актёрского мастерства способствует формированию у школьников художественного вкуса и эстетического отношения к действительности.

**Система отслеживания и оценивания результатов (Приложение 1):**

- Опрос.
- Наблюдение.
- Анкетирование учащихся и родителей.

**Основные формы проведения занятий с младшими кружковцами:**

- игра; занятие-игра ;
- диалог;
- различные виды тренингов (дыхательные, психологические и т. д.)
- слушание;
- созерцание;
- импровизация;
- занятие-путешествие; экскурсии и концерты
  - лекции;
  - тренинги;
  - репетиции;
  - индивидуальные занятия;
  - занятия малыми группами (по 3-5 человек).
- **Вся работа строится вокруг целостного художественного произведения:**
  - спектакля;
  - шоу;
  - творческого вечера;
  - праздника

Рабочая программа курса «Чародеи» составлена с учётом Программы воспитания МКОУ СОШ с. Русский Турек, включающей целевые ориентиры результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач, планов.

## **Содержание курса «Школьный театр»**

Программа кружка «Буратино» включает разделы:

1. Введение.
2. Наш театр.
3. Основы актёрского мастерства.
4. Театр.

### **1.Введение (1 час)**

Вводное занятие. «С чего начинается театр?» Театр как вид искусства.

**2. Основы актёрского мастерства. (12 часов). В каждом из 12 занятий включены упражнения разделов:**

- сценическая речь,
- театральные игры,
- актёрское мастерство,
- сценическое движение.

## «Сценическая речь»

### Содержание и понятие орфоэпии.

Теория: Содержание и понятие орфоэпии . Краткая история русской орфоэпии.  
Литературная норма и говор.

Практика: упражнения для устранения ринолалии.

Биппи... Пибби... и т.д., чёткое произношение не сложных скороговорок, чтение маленьких детских стишков.

### Виды дыхания.

Теория: Понятие дыхание. Правила при выполнении дыхательной гимнастики.

Практика:

Дыхательная гимнастика.

### Системы дыхания.

Теория: Три системы дыхания. Строение голосового аппарата. Два отдела речевого аппарата. Гигиена речевого аппарата.

Практика: Упражнения: свеча, паровоз, оса, насосы, шарик, и т.д.

### Звуки

#### Гласные звуки.

Теория: Понятие гласные звуки. Гласный звукоряд.

Практика: Голосовые упражнения на гласные звуки

А, О, У, И, Э, Ы Для начала звуки артикулируются без голоса перед зеркалом, а затем переходить к громкому звучанию. Постепенно увеличивая число повторений: А ... Э  
АО АОЭ...

#### Согласные звуки.

Теория: Согласные сонорные. Согласные свистящие и шипящие.

Практика: Использование стихотворных текстов в работе над звуками. Не сложные скороговорки.

### Ожидаемые результаты

#### Воспитанники должны:

##### Знать:

- теоретические основы сценической речи;
- основы русского стихосложения.

##### Уметь:

- самостоятельно выполнять упражнения на укрепление полученных навыков по дыханию, голосу (развитие диапазона голоса, его гибкости, звучности, выносливости);
- четко анализировать стихотворную форму, нести логику мысли, не нарушая ритма и формы;

## «Театральные игры».

### Я наблюдаю мир.

Теория: Объяснение темы «Я наблюдаю мир». Понятие игра. Возникновение игры. Актуальность игры.

Практика: Упражнения: «Сказка», «Ассоциация», «Борьба стихий», «Ладонь», «Фотография», «Три точки» и др.

### Я слышу мир.

Теория: Объяснение темы «Я слышу мир ».

Значение в театральном искусстве игры.

Практика: Упражнения: «Круги внимания», «Угадать шумы», «искусственные шумы», «радио», «Слышать одного» , и др.

### Я осязаю и обоняю мир.

Теория: Объяснение темы «Я осязаю и обоняю мир». Понятие театральная игра. Значение театральной игры.

Практика: Упражнения: «Узнать запахи», «Ощущения запаха», «Вкусовые ощущения»,

«Фотография» и др.

### **Язык жестов, движений и чувств (эмоции).**

Теория: Понятие жесты, движения, чувства. Значение их в театральном искусстве.

Практика: Упражнения: «Информация через стекло. Дальнее расстояние», упражнения на предлагаемые обстоятельства, «Эмоциональная память», «Цветение и увядание», «А я – чайник», «Лес» и др.

### **Я и мир предметов**

#### **Предметы, принадлежащие мне.**

Теория: Объяснение темы «Я и мир предметов».

Практика: Упражнения: «Изучение комнаты», «Первая буква», «Любимое место в мире», «Я – предмет» и др.

#### **Предметы в моем доме.**

Теория : Беседа о предметах в моём доме.

Практика: Упражнения: «Изображения предметов», «Внутренний монолог» и др.

#### **Предметы улиц, городов.**

Теория: Беседа о предметах городов, улиц.

Практика: Упражнения: «Изображение предметов улиц, городов», «Внутренний монолог», «Этюды на предлагаемые обстоятельства» и др.

### **Я и мир литературного творчества**

#### **Мир обряда.**

Теория: Объяснение темы «Я и мир литературного творчества». Понятие обряда.

Возникновение обряда.

Практика: Подготовка и проведение обряда «Масленицы».

#### **Мир фольклора.**

Теория: Понятие фольклор. Возникновение фольклора. Разновидности фольклора.

Практика: Этюды на поговорки, пословицы, потешки, колыбельные, народные сказки др.

#### **Мир художественных произведений.**

Теория: Понятие художественное произведение.

Практика: Этюды из сказок, стихотворений. Инсценировка небольших стихотворений, сказок.

#### **Репетиционно - постановочная работа.**

Теория: Читка сценария. Распределение ролей.

Практика: Репетиции отчетной показательной программы (показательные занятия, игровая программа. Инсценировка стихотворений, этюдов и др.)

### **Ожидаемые результаты**

Воспитанники должны

**знать:**

- 7-10 произведений русского фольклора (поговорки, пословицы, потешки, колыбельные и т.д.);
- 5-8 русских народных сказок;
- 5-10 стихотворений, басен русских авторов;

**уметь:**

- выполнять упражнения актерского тренинга в присутствии постороннего человека;
- придумывать простейший бытовой сюжет, используя опорные слова, обозначающие действия;
- показывать индивидуальный этюд по опорным словам, коллективный этюд с 1-3 партнерами;
- находить оправдание любой произвольной позе (бытовой и в пределах сюжета);
- описывать картины, возникающие перед внутренним взором;
- развивать в течение 2-3 минут тему, предложенную педагогом;
- рассказывать о том, чем сегодняшний день отличается от вчерашнего;
- рассказывать о своих наблюдениях за миром людей, природы;

- выполнять индивидуальные задания, не реагируя на сигналы, поступающие со стороны зрителей;
- распределяться по площадке, не перекрывая друг друга;
- вспоминать и описывать реальные происшествия и реальное состояние по заданной педагогом теме;
- воспроизводить свои действия в заданной ситуации.

#### **владеть:**

- элементами внутренней техники актера;
- представлять движения в воображении и мыслить образами;
- приемами аутотренинга и релаксации.

### **«Актёрское мастерство»**

#### **Введение в актерское мастерство**

Специфика театрального (актерского) искусства.

Дать представление о театре. Возникновение и значение театра. Театр как искусство коллективное, объединяющее ряд искусств. Спектакль как объединение, синтез творческой деятельности многих работников искусства. Актер. Его роль в театре.

#### **Работа актера над собой. Тренинг**

##### **Приемы релаксации, концентрации внимания, дыхания.**

Теория: Понятие о внимании, объекте внимания. Особенности сценического внимания. Значение дыхания в актерской работе.

Практика: Тренинги и упражнения с приемами релаксации. Практические упражнения на развитие сценического внимания. Практические занятия по работе над дыханием.

Упражнения: «Сосулька», «Снежинки», «Холодно жарко», «Тряпичная кукла – солдат», «Шалтай-болтай», «Штанга», «Муравей», «Спящий котенок», «Насос и мяч», «Зернышко», «Пишущая машинка» и др.

##### **Мускульная свобода. Снятие мышечных зажимов.**

Теория: Понятие о мускульной свободе. Мускульная свобода как целесообразное распределение и расходование мышечной энергии. Законы внутренней техники актерского искусства. Явление «Зажим».

Практика: Практические упражнения, направленные на снятие мышечных зажимов.

Упражнения: «Сон-пробуждение», «Расслабление по счету до 10», «Расслабление и зажим», «Расслабление тела кроме одной части тела», «Выполнить определенные действия по счету» и др.

##### **Творческое оправдание и фантазия.**

Теория: Понятие о сценическом оправдании. Сценическое оправдание как мотивировка сценического поведения актера. Понятие о прилагаемых обстоятельствах (обстоятельствах, которые создает сам актер для оправдания намеченных действий). Путь к оправданию через творческую фантазию актера. Значение фантазии в работе актера.

Практика: Упражнения: «Рассказ по фотографии», «Путешествие», «Сочинить сказку», «Фантастическое существо» и др.

##### **Сценическое отношение и оценка факта.**

Теория: Объяснение темы. Сценическое отношение – путь к образу. Отношение – основа действия. 2 вида сценического отношения. Зарождение сценического действия.

Сценическая вера как серьезное отношение к сценической неправде, заданной ролью.

Практика: Упражнения «Не растеряйся», «Предмет – животное», «Мячи и слова», «Семафор» и др.

##### **Оценка и ритм.**

Теория: Понятие оценки. Оценка как отношение к образу, возникшее на сцене. Понятие о ритме как о соотношении силы энергии и скорости. Практика: Упражнения: «Коробочка скоростей», «Мостик», «Ритмичные движения по хлопкам», «Находка», «Сидит, читает,

а кто-то мешает» др.

### **Чувство правды и контроль.**

Теория: Объяснение темы. Чувство правды как способность актера сравнивать сценическое поведение с жизненной правдой.

Практика: Упражнения: «Ждать», «Распилить бревно», «Пианист», «Парикмахер», «Войти в дверь», «Художник», «Зеркало» и др.

### **Сценическая задача и чувство. Сценическое действие.**

Теория: Объяснение темы: Сценическая задача как ряд действий образа, направленных к одной определенной цели. Три элемента сценической задачи. Чувства и формы их выражения, возникающие в результате столкновения задачи и противодействия.

Практика: Упражнения с разными задачами: «Пишу письмо», «Отдыхаю», «Наблюдаю», «Конвейер», «Дорога», «Это не книга» и др.

### **Мысль и подтекст.**

Теория: Объяснение темы. Понятие о подтексте (том смысле, который хочет вложить в ту или иную фразу актер).

Практика: Упражнения: «Слова, фразы в разных интонациях», «Читать стихотворение (грустно, радостно, удивленно, обиженно, торжественно и др.) и др.

### **Сценический образ как «комплекс отношений».**

Теория: Объяснение темы. Три момента общения: оценка намерения и действия партнера; «пристройка к партнеру», самовоздействие на партнера в желаемом направлении.

Практика: Упражнения: «Подарок», «Дирижирование чувством», «Качели», «Тень», «Сиамские близнецы», «Оправдание позы», «Догадайся», «Пристройка» и др.

### **Работа актера над образом. Логика действия**

#### **Я – предмет.**

Теория: Объяснение темы «Я – предмет». Понятие сценический образ. Создание сценического образа. Действенная партитура роли. Понятие психотехника переживания. Психотехника переживания, позволяющая освоить разнообразные формы воплощения театрального образа.

Практика: Этюды на тему: «Я – предмет» (изобразить торшер, холодильник, пылесос, чайник, стиральную машину).

#### **Я – стихия.**

Теория: Объяснение темы Я – стихия.

Практика: Упражнения: «Земля, воздух, вода». Этюды на тему «Я – стихия» (изобразить море, ветер, огонь, вулкан и др.).

#### **Я – животное.**

Теория: Объяснение темы Я – животное.

Практика: Этюды на тему «Я – животное». (изобразить любое животное на выбор).

#### **Я – фантастическое животное.**

Теория: Объяснение темы Я – фантастическое животное.

Практика: Этюды на тему «Я – фантастическое животное». (изобразить не существующее животное.).

### **Станиславский К.С. об этюдах.**

Теория: Понятие этюд. Виды этюдов.

Практика: Этюды на память физических действий (убираю комнату, ловлю рыбу, стираю и т.д.), этюды на внимание, этюды на фантазию, этюды на отношение предметов (обыгрывание предметов), этюды на движение, этюды на публичное одиночество. Парные этюды.

### **Репетиционно- постановочная работа.**

Теория: Читка сценария. Распределение ролей.

Практика:

Репетиции отчетно-показательной программы (показательное занятие, игровая программа, инсценировка стихотворений, этюдов и др.).

### **Ожидаемые результаты**

## **Воспитанники должны**

### **знать:**

- историю театра и театрального искусства;
- работу актера над ролью;
- 10-15 произведений русских поэтов;

### **уметь:**

- владеть элементами внутренней техники актера;
- правильно выполнять упражнения актерского тренинга и проводить тренинги в группе;
- самостоятельно сочинять и ставить актерские этюды;
- работать над малыми театральными формами.

## **«Сценическое движение»**

### **Развитие психических и психофизических качеств.**

Теория: Введение в предмет «Сценическое движение». Объяснение темы.

Практика: Общие двигательные навыки. Вводные упражнения. Вводная композиция.

Упражнения на внимание, память, силу, выносливость, скорость, ловкость и др.

### **Общее развитие мышечно-двигательного аппарата актера упражнениями.**

Теория: Понятие мышечно-двигательный аппарат. Объяснение темы.

Практика: Комплексные упражнения для развития мышечных групп спины, живота и ног: упражнения одиночные в статике; упражнения одиночные в динамике; парные упражнения.

### **Упражнения в равновесии**

#### **Различные виды одиночного балансирования.**

Теория: Объяснение темы. Рассказ о различных видах одиночного балансирования.

Практика: Упражнения: «Крокодил», «Видеокамера», «Ходьба по канату» и др.

#### **Парные и групповые упражнения.**

Теория: Объяснение темы. Рассказ о различных видах парных и групповых упражнениях.

Практика: Упражнения: «Качели», «Лодочка», «Мостик», «Паром» и др.

## **Ожидаемые результаты.**

### **Воспитанники должны**

#### **Уметь:**

- представлять движения в воображении;
- владеть:
  - техникой снятия мышечных и психологических комплексов «зажатости».

**Знать:** правила безопасности на занятиях; специальную терминологию .

.

## **3. Наш театр (18 часов)**

Чтение и выбор стихов, песен, басен, сказок, классических произведений для инсценировок к праздникам: Дню пожилого человека, Дню учителя, Дню отца, Дню народного единства, Дню матери, районному конкурсу «Литературная карусель», к Новому году, к 23 февраля и 8 марта, к фестивалю «Театр на Советской», районному конкурсу «Литературный калейдоскоп», 9 мая, к выпускному в 4 классе.

Распределение ролей, работа над произведением

Инсценирование произведений.

Роли и костюмы. Отработка деталей.

Декорации: эскиз и оформление.  
 Театральные миниатюры. Репетиция. Выступление.  
 Выразительное чтение стихотворений. Репетиция. Конферанс.  
 Создание сценария праздника. Обсуждение сценария. Распределение обязанностей.  
 Репетиция сценок, стихотворений песен к праздникам. Репетиция вокальных номеров.  
 Репетиция массовых сцен. Подготовка к районным конкурсам «Литературный калейдоскоп» - номинация «Театральный этюд»,  
 Подготовка поэтических миниатюр на районные, областные, всероссийские конкурсы.  
 Работа над выразительностью, эмоциональностью, мимикой и жестами в процессе работы над произведением. Театральная композиция к Всемирному дню театра  
 Этюды – участие в районном конкурсе.

#### 4. Театр (3) Театр (на занятиях и во внеурочное время)

Знакомство с театральными профессиями.  
 Тренинг «Как вести себя в театре». Посещение концертов сельского Дома культуры, участие в концертных номерах на сцене села, школы. Поездки в г. Уржум на спектакли из г. Кирова  
 Итоговое занятие. Наши результаты, достижения.

### Тематическое планирование

№п\п	Содержание	Количество часов	Примечание
1	Введение	1	
2	Основы актёрского мастерства	12	Тренинги включаются на занятиях в течение года
3	Наш театр	18	
4	Театр	3	
	Итого	<b>34</b>	

### Календарно-тематическое планирование курса школьный театр «Чародеи» (34 часа, 1 час в неделю)

№ п/п	Тема	Дата	Приложение
<b>Введение (1 час)</b>			
1	Вводное занятие «С чего начинается театр?»	сентябрь	
<b>Основы актерского мастерства( 12 часов)</b>			
2	<b>Актёрское мастерство.</b> Взаимодействие на сцене в различных предлагаемых обстоятельствах. Занятие №1	сентябрь	
3	<b>Актёрское мастерство.</b> Актерский тренинг – неотъемлемый компонент творческого саморазвития личности. Занятие №2	сентябрь	

4	Движение. Актёрский тренинг. Выбор инсценировок к дню учителя, распределение ролей	сентябрь	
5	Пластическая импровизация на ходу в заданном образе. Индивидуальная работа над ролью этюдов к дню учителя	октябрь	
<b>Наш театр (18часов)</b>			
6	<b>Актёрское мастерство.</b> Мимика. «Маска, я Вас знаю» Занятие №3	октябрь	
7	<b>Актёрское мастерство.</b> Освоение умений и навыков актерского мастерства через театральные этюды и упражнения по снятию напряжения мышечных зажимов. Занятие №4	октябрь	
8	<b>Актёрское мастерство.</b> Развитие творческих способностей у детей. Занятие №5. Подготовка к Дню отца (разучивание частушек)	октябрь	
9	Работа над дикцией. Стихи к Дню народного единства. Участие во всероссийском конкурсе «Наша страна дружбой народов скреплена». Номинация «Видеоролик»	ноябрь	
10	<b>Актёрское мастерство</b> Сценический образ театра кукол. Занятие № 6.подготовка номеров к Дню матери, Выбор ролей к инсценировке районного конкурса «Литературная карусель»	ноябрь	
11	Чтение сказки-пьесы к новому году. Выбор ролей.	декабрь	
12	Просмотр фильма/спектакля по сказке к новому году. Репетиция первой сцены новогодней сказки	декабрь	
13	Театральные миниатюры. работа над мимикой и жестами в сценах	декабрь	

14	Репетиция второй сцены новогодней сказки	декабрь	
15	Постановка новогодней сказки	декабрь	
16	<b>Актёрское мастерство.</b> Петрушка – народный ярмарочный герой. Занятие № 7	январь	
17	Актёрское мастерство. Игра – «Путешествие в сказку. Занятие №8	январь	
18	Подготовка номеров к 23 февраля (песня, стихи)	февраль	
19	Обсуждение сценария. Распределение обязанностей.	Февраль-март	
20	Репетиция сценок, стихотворений песен к 23.02, 8.03	февраль	
21	Репетиция театральных сцен к «Литературному калейдоскопу»	март	
22	Репетиция массовых сцен к Дню театра. творческая работа «Костюм героев», декорации инсценировок.	март	
23	Генеральная репетиция к театральным представлениям	март	
24	Праздник «День театра», Районный конкурс «Литературный калейдоскоп»	март	
25	<b>Актёрское мастерство.</b> Работа над созданием сценического образа. Занятие №9	апрель	
26	Творческая мастерская «Весенний перезвон»	апрель	
27	Театральная композиция «Памяти героев верны». Репетиция стихов, музыкальных номеров Работа над выразительностью.	апрель	
28	Этюды. Работа над образами героев. Отработка движений, мимики, жестов.	май	
29	<b>Актёрское мастерство.</b> Способы свободного самочувствия в театральной деятельности. Занятие №10	май	
30	<b>Актёрское мастерство.</b> Искусство быть разным. Занятие №11	май	

31	<b>Актёрское мастерство</b> Театральные этюды как источник творческого воображения Занятие №12	май	
<b>Театр (3 часа в течение года)</b>			
32	Знакомство с театральными профессиями.	В течение года	
33	Тренинг «Как вести себя в театре»	В течение года	
34	Поездки на театральные постановки гастролирующих театров	В течение года	

## ЛИТЕРАТУРА

1. Андрачников С.Г. Теория и практика сценической школы. - М., 2006.
2. Аникеева Н.П. Воспитание игрой. Книга для учителя. – М.: Просвещение, 2004.
3. Бондарева В. Записки помрежа. - М.: Искусство, 1985.
4. Брянцев А.А. Воспоминания/ Статьи. - М., 1979.
5. Горчаков Н.М. Режиссерские уроки Станиславского. - М., 2001.
6. Гипшнус С.В. Гимнастика чувств. Тренинг творческой психотехники. - Л.-М.: Искусство, 2002.
7. Захава Б. Е. Мастерство актера и режиссера. - М.: Просвещение, 1978.
8. Когтев Г. В. Грим и сценический образ. - М.: Советская Россия, 2006.
9. Корогодский З.Я. Начало, СПб, 2005.
10. Косарецкий С. Г. П.П.М.С. – центры России: современное положение и тенденции. // Школа здоровья. – 2007.- № 3.- с. 52-57.
11. Курбатов М. Несколько слов о психотехнике актера. М., 2004.
12. Логинова В. Заметки художника-гримера. - М.: Искусство, 1994.
13. Новицкая Л.П. Тренинг и муштра. - М., 2002.
14. Поламишев А. М. Мастерство режиссера. Действенный анализ пьесы. - М.: Просвещение, 2006.
15. Педагогика /Под редакцией Пидкасисто/ – Педагогическое наследие России – М.: Владас, 2007.
16. Педагогика: педагогические теории, системы, Технологии / Под редакцией С.А. Смирнова – М.: Академия, 2008.
17. Подласый И.П. Педагогика – М: Просвещение, 2007.
18. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных программ технологии. – М: Народное образование, 2006
19. Слостенин В.А. Общая педагогика в 2-х частях. – М.Академия, 2008.
20. Станиславский К. С. Собрание сочинений (I – II том). - М.: Искусство, 1988.
21. Станиславский К. Работа актера над собой.- М., 1989
22. Смирнов Н. В. Философия и образование. Проблемы философской культуры педагога.- М.: Социум, 2000.
23. Суркова М. Ю. Игровой артикуляционно-дикционный тренинг. Методическая разработка.- С.: СГАКИ, 2009.
24. Товстоногов Т.А. Зеркало сцены. - Т.1-2.-Л., 1980.
25. Харламов И. Ф. Педагогика – М: Юристъ – Гардарина, 2006.
26. Щуркова Н. Е. Воспитание: Новый взгляд с позиции культуры. - М.: Педагогический поиск, 2005.

27. Чистякова М.И. Психогимнастика.-М: Просвещение, 2004.  
 28. Эфрос А.В. Профессия: режиссер. - М., 2000.

### ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Вархолов Ф. М. Грим. - М.: 2005.
2. Васильева Т. И. Упражнения по дикции (согласные звуки). Учебное пособие по курсу «Сценическая речь». - М.: ГИТИС, 2004.
3. Генералова И.А. Мастерская чувств. – М., 2006.
4. Козлянинова И. П. Орфоэпия в театральной школе. Учебное пособие для театральных и культурно-просветительных училищ. - М.: Просвещение, 2003.
5. Невский Л. А. Ступени мастерства. - М.: Искусство, 2005.
6. Петрова А. Н. Сценическая речь. - М.: 2002.
7. Рубина Ю. Театральная самодеятельность школьников.- М.: Просвещение, 1994

## Приложение № 1

### Выявление артистических способностей

Выявление артистических способностей у детей строится на основе экспертных оценок Лосева А.А..

#### Методы диагностирования:

1. Наблюдения за ребенком в процессе игровой, театрализованной деятельности, во время выступлений на утренниках, праздниках.
2. Беседа с ребенком. Беседа с родителями. Беседа с воспитателями.
3. Анкетирование родителей.
4. Обработка полученных данных.

#### Анкета на выявление артистически способных детей.

<i>Критерии</i>	<i>баллы</i>
1. Легко входит в роль другого человека, персонажа.	
1. Может разыграть драматическую ситуацию, изобразив какой-нибудь конфликт.	
1. Может легко рассмешить, придумывает шутки, фокусы.	
1. Хорошо передает чувства через мимику, пантомимику, жесты.	
1. Меняет тональность и силу голоса, когда изображает другого человека, персонажа.	
1. Интересуется актерской игрой, пытается понять её правила.	
1. Создает выразительные образы с помощью атрибутов, элементов костюмов.	
1. Создает оригинальные образы.	
1. Выразительно декламирует.	
1. Пластичен.	
Итого	

Каждому утверждению необходимо дать оценку по 5-бальной системе.

5 баллов- качество сильно выражено

4 балла-выражено выше среднего

- 3 балла- выражено средне
- 2 балла- выражено слабо
- 1 балл- выражено незначительно
- 0 баллов- совсем не выражено

Количество баллов суммируется и делится на количество вопросов.

### **Обработка данных по анкете:**

Составить графическое изображение. На горизонтальной оси обозначают области проявления способностей, а на вертикальной - отмечают полученную по каждой области сумму баллов и выстраивают кривую - профиль способностей ребенка.

Данную анкету предлагается заполнить и педагогам и родителям.

Для выявления у ребенка артистических способностей, предлагаем разыграть игровую ситуацию, при этом наблюдаем, как ребенок двигается, проявляет эмоции, чувства, выразительность, фантазию, меняет силу голоса, тональность. Наблюдаем, как ребенок создает оригинальные образы, насколько ему интересен сам процесс актерской игры. Во время музыкальных номеров смотрим на пластичность, на умение слышать и понимать настроение произведения.

Для выявления артистических способностей можно использовать театрализованные упражнения на способность выражать эмоциональное состояние персонажа в движениях, умение передавать мимику – в выразительных движениях мышц лица, в пантомимике - выразительных движениях всего тела, в вокальной мимике - выразительности речи.

### **Упражнения на вокальную мимику.**

- 1). Упражнения для расслабления мышц речевого аппарата, формирования правильного дыхания : "В саду" "Лисичка в саду" "Насос" "Отдыхаем".
- 2). Упражнения, помогающие поработать над интонацией и тембром голоса (поможет ребенку заговорить голосом волка, мышки, чайника, медвежонка, дождика): "Приехали в гости" "Здравствуйте" "Настроение" "Как хочу, так говорю"
- 3). Выявление чувств, воображения, выразительности движений: этюды "Добрый мальчик" "Спи, Танюша" "Посещение больного"
- 4). Выявить, насколько ребенок раскован, смел, уверен в себе, помогут игровые упражнения: "Резинка" "Здравствуйте" "Я - Алла Пугачева" " Нарисуем солнышко". Эти упражнения помогают снять эмоциональное напряжение, развивают выразительность, фантазию.

### **Упражнение на выразительность мимики**

Упражнения, этюды, игры: "Кривляки" "Представьте себе" "Что в коробочке" "Куда мы попали" "Удивление" "Ласка" "Нарисуй портрет"

### **Упражнения на выразительность движений тела:**

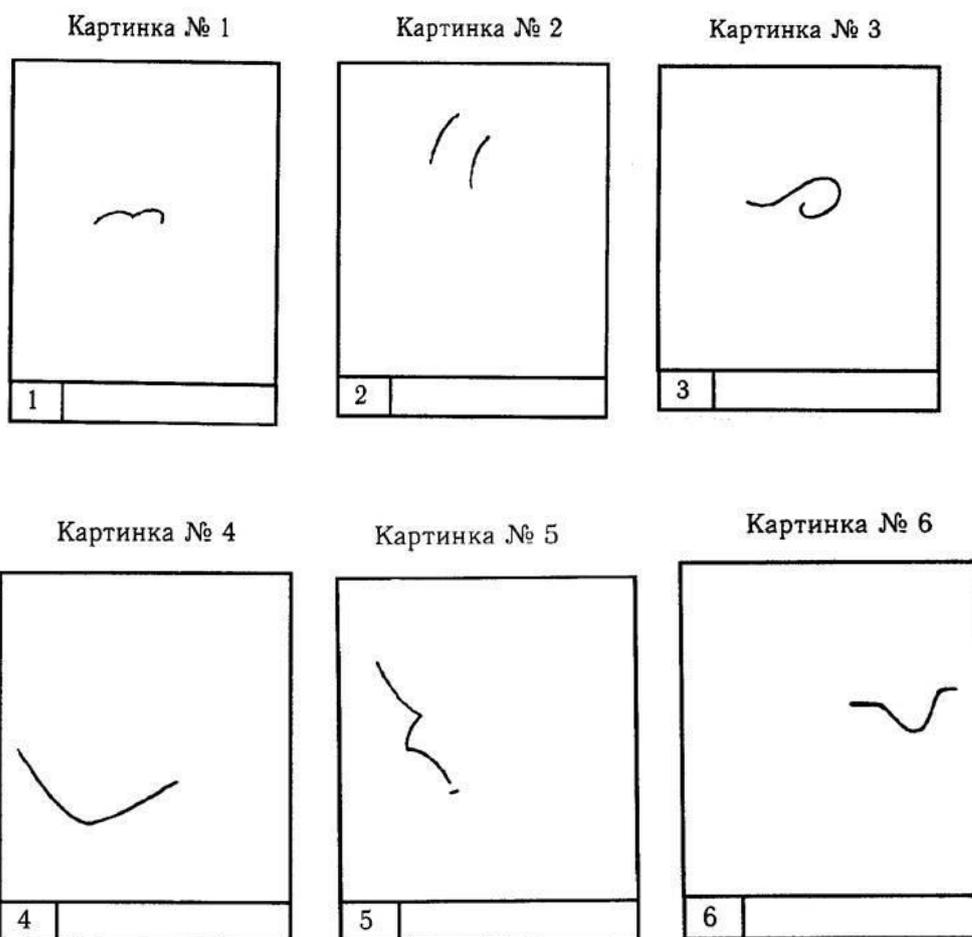
Игры, этюды: "Походка" "На стуле" "Кошка" "Лето" "Кто я?" "Сказка"

## **Приложение № 2**

### **Тест Торренса**

Предлагаемый вариант теста Торренса представляет собой набор картинок с некоторым набором элементов (линий), используя которые испытуемым необходимо дорисовать

картинку до некоторого осмысленного изображения. В данном варианте теста используется 6 картинок, выбранных из 10 оригинальных.



### ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ КРАТКОГО ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

№	Фамилия	Беглость	Гибкость	Оригинальность	Разработанность
1					
2					
3					
4					
5					

Выводы

#### Приложение №3

#### ДИАГНОСТИКА ОПОСРЕДОВАТЕЛЬНОЙ ПАМЯТИ

дата проведения \_\_\_\_\_

количество воспитанников \_\_\_\_\_

Заключение

Очень высоко развитая опосредовательная память -

Высоко развитая опосредованная память -  
Средне развитая опосредованная память -  
Низко развитая опосредованная память -  
дата проведения \_\_\_\_\_

количество воспитанников \_\_\_\_\_

Заключение

Очень высоко развитая опосредованная память -

Высоко развитая опосредованная память -

Средне развитая опосредованная память -

Низко развитая опосредованная память

Выводы об уровне развития :

---

---

## Приложение № 4

### Скороговорки

1. Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка белая губа тупа.
2. От топота копыт пыль по полю летит, пыль по полю летит от топота копыт.
3. Сшит колпак не по-колпоковски, вылили колокол не по-колоколовски. Надо колпак переколпоковать, перевыколпоковать, нужно колокол переколоковать, перевыколоковать.
4. Говорил попугай попугаю: "Я тебя, попугай, попугаю". Отвечает ему попугай: "Попугай, попугай, попугай!"
5. Стоит поп на копне, колпак на попе, копна под попом, поп под колпаком.
6. Ехал Грека через реку, видит Грека в реке – рак. Сунул Грека руку в реку, рак за руку Греку – цап!
7. На дворе дрова, во дворе трава.
8. Кукушка кукушонку купила капюшон. Надел кукушонок капюшон. Как в капюшоне он смешон
9. Милу мама мылом мыла.
10. Сбирала Маргарита маргаритки на горе, растеряла Маргарита маргаритки на траве.
11. Сказала со смехом соседке синица: "Стать самой скрипучей сорока стремится!"
12. У четырех черепашек по четыре черепашонка.
13. Вашему пономарю нашего пономаря не перепонамаривать статью: наш пономарь вашего пономаря перепонамарит, перевыпономарит.
14. На горе Арарат рвала Варвара виноград.
15. Протокол про протокол протоколом запротоколировали.
16. Была у Фрола, Фролу на Лавра наврала, пойду к Лавру, Лавру на Фрола навру.
17. "Расскажите про покупки". – "Про какие про покупки?" – "Про покупки, про покупки, про покупочки свои".
18. Съел молодец тридцать три пирога с пирогом, да все с творогом.
19. Тридцать три корабля лавировали, лавировали, лавировали, да не вылавировали. Тридцать три инженера невелировали, невелировали, невелировали, да не выневелировали.
20. У елки иголки колки.
21. Краб крабу сделал грабли. Подал грабли крабу краб: сено, граблями краб грабь.
22. Наш голова вашего голову головой переголовал, перевыголовил.
23. Милости прошу к нашему шалашу: я пирогов покрошу и откусать попрошу
24. Водовоз вез воду из-под водопровода.

25. Карл у Клары украл кораллы,  
А Клара у Карла украла кларнет

## Приложение № 5

### Упражнения для психофизического тренинга

1. **Бег в резинке.** «Учащиеся разбиваются на пары. Каждая пара получает резинку (дается сшитая кольцом широкая бельевая резинка).
2. **Биологические часы.** «Закройте глаза и сядьте поудобнее. Услышав хлопок, попытайтесь, пользуясь лишь внутренними ощущениями, определить длительность минуты. Тот, кто решит, что с момента хлопка уже прошло 60 секунд, встает.

В конце упражнения выясняем, кому удалось правильно определить длительность минуты».

3. **Бык и ковбой.** Двое участников становятся на расстоянии друг от друга (не менее 5 метров), один поворачивается спиной - это бык, второй берет в руки воображаемую веревку - это ковбой. По сигналу к началу ковбой должен накинуть воображаемую веревку на быка и подтянуть его к себе (бык, естественно, сопротивляется). Упражнение получится успешно, если участникам удастся синхронизировать свои действия, чтобы зрители "увидели" воображаемую веревку, натянутую между ними.

4. **Войдите в роль -1.** Учащимся предлагается, абстрагируясь от содержания, прочитать предлагаемый текст по выбору как:

1. сообщение государственного телевидения о важнейшем международном событии;
2. вечернюю сказку матери ребенку;
3. письмо, которое человек читает полупрошепотом;

5. **Гладим животное.** Все учащиеся получают задания на листочках. Нужно изобразить, что они гладят животное или берут его на руки. Здесь должны главным образом работать руки, ладони. Предлагается «погладить» следующих животных:

- Хомячка (изобразите, как он выскальзывает у вас из рук, бегаем по плечу и т.д.)
- Кошку
- Змею (она опутывается вокруг вашей шеи)
- Слона
- Жирафа

Задача всей группы – угадать животное.

6. **Десять масок.** Каждую маску обязательно обсудите с группой.

1. Страх
2. Злость
3. Любовь (влюбленность)
4. Радость
5. Смирение
6. Раскаяние, угрызение совести
7. Плач
8. Стеснение, смущение
9. Раздумье, размышление
10. Презрение
11. Равнодушие
12. Боль
13. Сонливость
14. Прошение (вы кого-то о чем-то просите)

1. **Десять секунд**
2. а) встаньте в строй по росту, в алфавитном порядке (по фамилиям, именам), по цвету волос (от самых светлых к самым темным);
3. б) назовите самый дальний и самый близкий объекты в поле вашего зрения;
4. в) перечислите в аудитории все предметы определенного цвета и оттенка; предметы, названия которых начинаются с одной буквы алфавита;
5. **Зеркало.** Учащиеся разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением».
6. **Конфликт.** Показать несколько пластических мизансцен (в статике), изображающих конфликтную ситуацию. Найти внутреннее оправдание каждой мизансцене тела. Дать название конфликтным ситуациям.
7. **Марионетки (Подвески).** Учащимся предлагается представить себе, что они - куклы-марионетки, которые после выступления висят на гвоздиках в шкафу. «Представьте себе, что вас подвесил за руку, за палец, за шею, за ухо, за плечо и т.д. Ваше тело фиксировано в одной точке, все остальное - расслаблено, болтается».
8. **Метафоры (по С.В. Гиппиус)** Преподаватель произносит слово, например: «Гаснут...» Все учащиеся описывают, что они увидели на своем внутреннем экране (звезды, окна, силы, глаза...). Это упражнение совершенствует ассоциативное мышление и фантазию.
9. **Напряжение - расслабление.** Учащимся предлагается встать прямо и сосредоточить внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Через несколько секунд напряжение сбросить, руку расслабить. Прodelать аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясицей, шеей.
10. **Насос и мяч.** Учащиеся разбиваются на пары. Один – надувной мяч, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслаблено на полу. Другой – «накачивает» мяч воздухом с помощью насоса.
11. **Огонь - лед.** По команде ведущего «Огонь» учащиеся начинают интенсивные движения всем телом. По команде «Лед» учащиеся застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело.
12. **Оркестр.** Ведущий распределяет между участниками партии различных инструментов, состоящие из хлопков, топанья, и всех возможных звуковых эффектов. Задачей участников является ритмически исполнить какое-либо известное музыкальное произведение (или сочиненную на месте ритмическую партитуру) под руководством дирижера, управляющего громкостью общего звучания и вводящего и убирающего отдельные партии.
13. **Пулеметная очередь.** Участники садятся в круг и ведущий тремя хлопками задает темп пулеметной очереди (поначалу медленный), дойдя до максимума скорости, начинают также медленно ее снижать.
14. **Отгадай, где я.** Упражнение заключается в том, что один участник пытается своим психофизическим состоянием передать окружающим, где он находится (хоккейный матч, зоопарк, смотрит захватывающий фильм и т.д.), но при этом нельзя воспроизводить никаких звуков.
15. **Ощущения.** - Посидеть на стуле так, как сидит царь на троне; пчела на цветке; побитая собака; наказанный ребенок; бабочка, которая сейчас взлетит; наездник на лошади; космонавт в скафандре.
16. - Пройтись, как ходит младенец, который только что начал ходить; старый человек; гордец; артист балета.
17. - Улыбнуться, как улыбается очень вежливый японец, собака своему хозяину, кот на солнышке, мать младенцу, ребенок матери.
18. - Нахмуриться, как хмурится ребенок, у которого отняли игрушку; как человек, желающий скрыть смех.

19. **Передача позы.** Участники становятся в шеренгу. Первый придумывает какую-либо сложную позу (остальные не видят какую) и по сигналу ведущего «передает» ее второму к третьему участнику и т. д.

20. **Переключение внимания-2**

21. Упражнение на переключение внимания протекает в такой последовательности:

22. 1. Зрительное внимание: объект далеко (например, дверь).

23. **Пластилиновые куклы.** В ходе этюда вам предстоит превратиться в пластилиновую куклу.

**Попугай в клетке.** Итак, нужно сделать следующее:

- Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай)
- Ощупать ее руками
- Взять и переставить на другое место
- Подразнить попугая
- Найти дверцу и открыть ее
- Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу
- Погладить попугая (после этого он вас должен укусить)
- Одернуть руку
- Закрыть побыстрее клетку
- Помахать угрожающе пальцем
- Переставить клетку в другое место

1. **Последствия.** предлагается ответить на ряд парадоксальных вопросов.

2. Например:

3. · Что произойдет, если человек при желании сможет становиться невидимым?

4. **Предмет по кругу.** Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает учащимся предмет, учащиеся должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание.

5. **Прислушивание.** На каждое прислушивание дается по 2-3 минуты. После этого полезно обсудить услышанное. Это упражнение на внимание к себе, к своим ощущениям, к тому, что окружает человека извне.

6. **Пять скоростей.** «Нам предстоит сейчас превратиться в людей, у которых есть только пять скоростей движения. Первая скорость – самая медленная. Пятая скорость – почти бег.

7. **Растем.** «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли.

8. **Ритмы.** Педагог, или кто-либо из участников показывает ритм, состоящий из хлопков, топая и т.п. звуковых эффектов. Группа повторяет.

9. **Сиамские близнецы.** Учащиеся разбиваются на пары. Ведущий предлагает каждой паре представить себя сиамскими близнецами, сросшимися любыми частями тела.

10. **Сколько человек хлопало?** Группа рассаживается в полукруг. Из учащихся выбираются «водящий» и «дирижер».

11. **Скульптор и глина.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них - скульптор, другой - глина

1. **Слушаем тишину.** Послушайте и расскажите, что делается.

2. **Согласованные действия.** Навыки взаимосвязи и взаимодействия хорошо тренируются упражнениями на парные физические действия. Учащимся предлагается выполнить этюды: - пилка дров; - гребля; - перемотка ниток; - перетягивание каната и т.д.

3. **Тень.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой - его Тенью.

4. **Упор.** «Подойдите, пожалуйста, к стене, упритесь в нее руками. Ноги на ширине плеч. По моей команде все пытаются расширить границы нашей комнаты. Сделать это можно, лишь раздвинув стены. Не забывайте о правильном дыхании. По хлопку

сбрасываем мышечное напряжение и мгновенно расслабляемся. Готовы? Начинаем! Упираемся в стену, пробуем сдвинуть ее хотя бы на миллиметр. Помогаем себе голосом. Раз-два – еще упор! Хлопок! Расслабились! Взяли дыхание. А теперь еще раз – упор!

5. **Тренировка глазных мышц , губ, носа.**
6. **Фраза по кругу.** Группа - в полукруге. Ведущий предлагает учащимся фразу, смысл которой может меняться в зависимости от контекста. Каждый должен обратиться к соседу с этой фразой, наполнив ее определенной смысловой нагрузкой.
7. **Что было дальше?** Выбирается небольшое, хорошо известное участвующим литературное произведение, например, сказка «Репка», и выделяется группа, по численности равная количеству участвующих лиц. Им предлагается сымпровизировать, представляя в соответствующих образах то, что произошло после того, как репку вытянули.
8. **Чувства.** Учащиеся должны изобразить, то, что им предлагает преподаватель: радостную улыбку (приятная встреча); утешительную улыбку (все будет хорошо); счастливую улыбку (наконец-то, какой успех); удивленную улыбку (не может быть); огорченную улыбку (как же так, ну вот опять).
9. - Выразить одними глазами и бровями: огорчение, радость, осуждение, восхищение, строгую сосредоточенность, недовольство, удивление.
10. - Только жестами и мимикой выразить следующие задачи: прогнать, пригласить, оттолкнуть, привлечь, указать, остановить, предупредить.
11. - Выразить одним жестом: отвращение, ужас, благодарность.
12. **Эстафета.** Сочиняется вслух рассказ или стих. Метод - кольцовка. Услышав первую фразу, слушатель подхватывает ее и передает эстафету другому

## **Приложение № 6**

### **театральные игры и упражнения для снятия физических и психологических зажимов**

#### **ЦЕЛЬ:**

- *Расширить возможности ребенка.*
- *Сформировать интерес к театральному творчеству, создать коллектив единомышленников и атмосферу доброжелательности, взаимного доверия.*
- *Научить ребенка снимать напряжение с отдельных групп мышц и всего тела.*

#### **Универсальная разминка.**

Все мышцы нужно в равной мере подготовить к работе. Предпочтительно разделить разминку на разогрев по уровням:

1. Голова, шея:
2. Плечи, грудная клетка:
3. Пояс, тазобедренная часть:
4. Ноги, руки.

#### **1. Голова, шея**

##### ***Упражнение 1***

Исходное положение: стоя, тело расслаблено.

- 1 - голова опускается на грудь, максимально напрягаются мышцы шеи.
- 2 - голова возвращается на исходное положение.
- 3 - наклонить голову вправо.
- 4 - исходное положение.
- 5 - запрокинуть голову назад потянув мышцы шеи.
- 6 - исходное положение
- 7 - наклонить голову влево.
- 8 - исходное положение.

### ***Упражнение 2***

Исходное положение: стоя, тело расслаблено. На счет “раз” голова опускается на грудь. Не возвращаясь в исходное положение, на счет “два”, “три”, “четыре” броском перевести голову вправо, назад, влево. Повторить 4 раза в одну и другую стороны.

### ***Упражнение 3***

Исходное положение: стоя, тело расслаблено. Голова плавно “сдвигается” в стороны, описывая круг, при этом выполняющий упражнения медленно приседает. При медленном вставании голова описывает круг в другую сторону.

## **2. Плечи, грудная клетка:**

### ***Упражнение 4***

Исходное положение: стоя, мышцы максимально расслаблены.

- 1 поднять плечи вверх.
- 2 вывести плечи вперед.
- 3 опустить вниз.
- 4 отвести назад.

Повторить четыре раза.

### ***Упражнение 5***

Исходное положение: стоя, мышцы расслаблены.

Движение по схеме: крест. Квадрат, круг. И сдвиг параллельно полу.

КРЕСТ. Выполняется как горизонтальной, так и вертикальной плоскости.

ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ КРЕСТ: вперед - центр- вправо- центр- назад – центр- влево- центр.

ВЕРТИКАЛЬНЫЙ КРЕСТ: вверх – центр – вправо – центр – вниз – центр – влево – центр.

КВАДРАТ: вперед – вправо – назад – влево.

## **3. Пояс, тазобедренная часть:**

### ***Упражнение 6***

Исходное положение ноги на ширине плеч, стопы параллельны друг другу.

Наклоны вперед, в правую и левую сторону. При наклоне вперед спина должна быть, даже немного выгнутая. При вставании спина прогибается в обратную сторону, похожа на “горбик”. При наклоне в правую и левую стороны плечи развернуты параллельно полу, ноги остаются в исходном положении.

### ***Упражнение 7***

Разминка тазобедренной части (пелвиса)

Основные виды движений;

1. Вперед – назад;
2. Из стороны в сторону;
3. Подъем бедра вверх (движется внешняя передняя сторона тазобедренного сустава)

*Техника исполнения движений:*

1. При движении вперед пелвис чуть приподнимается и резко посылается вперед. При движении назад поясница остается на месте. Колени согнуты и направлены точно вперед (очень важно сохранять неподвижность коленей при движении).
2. Движение из стороны в сторону может быть двух видов: просто смещение из стороны в сторону, не повышая и не понижая пелвиса, или движение по дуге (полукругу), Такое движение обычно используется во время свингового раскачивания пелвиса из стороны в сторону.
3. Вариант на развитие координации движений.

Во время выполнения движений подключить движения головы.

Бедра идут вперед – голова опускается, бедра идут в сторону – голова наклоняется в правую или левую сторону, бедра – назад – голова откидывается назад.

#### **4. Ноги, руки.**

##### ***Упражнение 8***

Исходное положение: сесть на корточки, правую прямую ногу вытянуть в сторону. На счет “раз – два” плавно перенести вес тела на правую ногу; левую вытянуть. При переносе веса тела с ноги на ногу необходимо держаться как можно ближе к полу. На счет “три – четыре” руки согнуть в локтях, локти поставить на пол около ноги, на которую перенесен вес тела.

##### ***Упражнение 9***

“Пальма”

**Цель:** Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

Помочь ребенку раскрепоститься и ощутить возможности своего тела можно с помощью разнообразных ритмопластических театральных упражнений и игр.

##### **Коллективные упражнения**

##### ***Упражнение 10***

Превращения “Песок” “Камень”

**Цель:** Снять напряжение со всего тела.

##### ***Упражнение 11***

“Буратино и Пьеро”

**Цель:** Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

##### ***Упражнение 12***

“Марионетки 1”.

**Цель:** Снятие зажимом с частей тела.

Руки подняты вверх и по хлопку освобождаются мышцы кистей. Локтей, плеч, головы, поясницы. Ног, а потом в обратном порядке все “ниточками” поднимается наверх.

##### ***Упражнение 13***

“Ледяная фигура”

**Цель:** Умение напрягать и расслаблять мышцы шеи, рук, ног и корпуса.

##### ***Упражнение 14***

“Марионетки”

**Цель:** Развивать умение владеть своим телом, ощущать импульс.

##### ***Упражнение 15***

“Зернышко”

**Цель:** Тренировать веру, фантазию и пластическую выразительность.

##### ***Упражнение 16***

“Мокрые котята”

**Цель:** Умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса.

##### ***Упражнение 17***

“Веревочка”

**Цель:** Снятие зажимом с частей тела.

Руководитель по хлопку дергает за веревочку:

- Кончик носа;
- Правое плечо;
- Левое плечо;
- Живот (область пупка);
- Правое колено;

- Левое колено.

### **Упражнение 18**

“Выстрелы”

Руководитель обозначает место, куда производится выстрел (живот, плечо левое, плечо правое, нога левая, нога правая, спина). Участники походят по ковру, и в любой неожиданный для них момент раздается хлопок (выстрел). Необходимо точно “поймать” “пулю” и отыграть ее.

### **Упражнение 19**

“Мертвец”.

**Цель:** Снятие зажимом с частей тела.

Участники садятся на стулья и стараются последовательно освободить мышцы. Порядок: пальцы рук, кисти рук, плечи и предплечья, голова, тело, колени, стопы, пальцы ног. Затем в обратном порядке начинаем напрягать мышцы.

### **Упражнение 20**

“Жизнь бабочки”.

**Цель:** Снятие зажимом с частей тела. Пластика тела.

### **Упражнение 21**

1. Стоя на месте:

- Потянуться вверх (яблоко);
- В сторону (что-то достать);
- Вперед (дотянуться до чего-то);
- Вниз (шнурки)

2. Пройти в “окраске”:

- Осторожности;
- Любопытства;
- Угрозы;
- Тревоги.

3. “Хожу”, чтобы:

- согреться;
- размяться;
- высохнуть;
- чтобы обратили внимание на новый костюм.