



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 89»

Принята
на педагогическом совете
МБУ Школа № 89
Протокол № 1
от « 20 » 08 20 19
г.

Утверждена
приказом № 545-УД
« 20 » 19 г.
Директор МБУ «Школа № 89»
Т.С.Бражникова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
социально-педагогической направленности
психологический театр «Домино»**

Возраст обучающихся **12 – 18 лет.**
Срок реализации программы – 2 года

Разработчики: Погаратая И.А, Сорокина Н.Б.
педагоги дополнительного образования

Тольятти, 2019 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план программы	7
3. Содержание изучаемого курса программы.....	8
4. Методическое обеспечение	11
5. Список использованной литературы.....	22
6. Приложения.	23
6.1.Календарно-тематическое планирование.....	2Ошибка! Закладка не определена.
6.2 Упражнения	27

**Пояснительная записка
дополнительной общеобразовательной программы
психологический театр «Домино»**

Введение

Как правило, в школьной жизни создание театрального коллектива происходит в момент подготовки к какому-либо празднику. Такой коллектив носит кратковременный характер и распадается после последнего представления. Однако у учащихся сохраняется потребность в занятиях актерским мастерством, так как такие занятия позволяют выпустить свое творческое «Я», способствуют раскрепощению, развитию психологической гибкости, учат выражать и понимать эмоции свои и других людей.

Реализация программы осуществляется на двух уровнях образовательного процесса.

1-й год обучения - ознакомительный уровень

2-й год обучения - базовый уровень

Направленность программы

Данная программа является разнонаправленной, объединяет в себе культурологическую, художественно-эстетическую, социально-педагогическую направленности. Последняя, социально-педагогическая направленность, является основной.

Новизна

Существующие программы основ театрального мастерства ставят целью развитие актерских способностей, программы психологического театра решает задачи исследования и/или коррекции субъективной психологической реальности подростка с использованием системы театральных средств. Отличительной особенностью данной программы от других, является включение в систему актерской подготовки терапевтическую отработку проблем внутреннего мира. Работа актера над сценическим образом сравнима с социализацией подростка в референтной группе. Методы (театральные в совокупности с психологическими) позволяют моделировать различные жизненные ситуации, способствуют воссозданию важных связей, утраченных или несостоявшихся в реальной жизни. Под средством роли подросток получает возможность выйти за рамки своего личностного амплуа, а так же актуализировать уже имеющийся опыт внутри уже имеющихся социальных отношений.

Глубинная проработка личностных проблем формирует ассертивное поведение, повышает самооценку, ответственность за себя и за группу. Все это является профилактикой деструктивного поведения, и решает одну из приоритетных задач образования в настоящий период времени.

Средства психотерапии такие как: телесно-ориентированная терапия, арт-терапия, драма-терапия позволяют решить личностные проблемы подростка, в том числе на уровне тела (снятие зажимов, блоков, умение владеть своим телом, чувствовать его состояние и адекватно его оценивать), это в свою очередь способствует здоровьесбережению, и формирует устойчивое положительное отношение к здоровому образу жизни.

Гастроли спектаклей проводятся на базе реабилитационных центров, школ-интернатов, детских домов. Общение актеров с детьми имеющих особые образовательные потребности формируют такие черты личности как эмпатия, принятие детей с ОВЗ, активную жизненную позицию. В ходе занятий формируется и аксеологическая сфера подростка: развиваются такие ценности как «ценность собственного Я», «ценность другого человека», «ценность окружающего мира»

Таким образом, занятия по программе психологического театра «Домино» способствуют формированию целостной Я-концепции, что является важнейшим новообразованием пубертатного периода.

Актуальность

как правило, в школьной жизни создание театрального коллектива происходит в момент подготовки к какому-либо празднику. Такой коллектив носит кратковременный характер и распадается после последнего представления. Однако у учащихся сохраняется потребность в занятиях актерским мастерством, так как такие занятия позволяют выпустить свое творческое «Я», способствуют раскрепощению, развитию психологической гибкости, учат выражать и понимать эмоции свои и других людей.

Занятия в театральной студии формируют такие структурные компоненты личности, как воображение, внимание, волевые качества, коммуникативные навыки, образное и философское мышление, целеполагание, ценностные установки, собственное отношение к жизненным событиям, раскрывают глубину переживаний, развивают толерантность, то есть способствуют становлению «Я-концепции».

Формирование личности процесс долгий, но не на всех жизненных этапах развития является осознанным. Именно в подростковом возрасте у ребенка просыпается не только стремление к рефлексии, но и желание уже целенаправленного саморазвития.

Педагогическая целесообразность

Занятия в театральной студии формируют такие структурные компоненты личности, как воображение, внимание, волевые качества, коммуникативные навыки, образное и философское мышление, целеполагание, ценностные установки, собственное отношение к жизненным событиям, раскрывают глубину переживаний, развивают толерантность, то есть способствуют становлению «Я-концепции».

Все это и подтолкнуло к созданию программы «Домино» именно **для подростков 12-18 лет.** Программа психологического театра «Домино» является авторской. Существующие программы основ театрального мастерства ставят целью развитие актерских способностей, программы психологических театров решают задачи исследования и/или коррекции субъективной психологической реальности подростка с использованием системы театральных средств. Отличительной особенностью данной программы от других является включение в систему актерской подготовки терапевтическую отработку внутренних проблем. Кроме того, немаловажным развивающим элементом является культурологический блок программы, включающий в себя ознакомление с теоретическими основами театральной деятельности.

Цель: обеспечение творческого развития, социализации, раскрытия личностного потенциала подростка, через занятия актерским мастерством.

Задачи:

Обучающие: формирование знаний о

1. теоретических основах театрального искусства
2. визуальном и аудиальном решениях спектакля

Развивающие:

3. Снятие психологических барьеров и комплексов, телесных зажимов через игровые и тренинговые упражнения;
4. Развитие коммуникативных навыков и навыков публичного выступления;
5. Формирование познавательных процессов личности, «Я-концепции»;
6. Развитие навыков сценической речи и сцендвижения
7. Обучение приемам вербальной и невербальной суггестии.

Воспитательные:

8. Умение работать в команде
9. Воспитание ответственности за себя и за общий результат.

Возраст детей: 12-18 лет

Срок реализации программы: 2 года

Форма обучения – очная, теория: 31 час, практика: 77 часов

Формы организации деятельности – групповые занятия.

Режим занятий - занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

Набор в группы свободный.

Планируемые результаты:

Год обучения	Учащиеся должны знать	Учащиеся должны уметь	Прогнозируемые результаты
1 год обучения	Эволюция театра. Современная драматургия. Многообразие выразительных средств в театре.	Импровизировать, выполнять словесные и пластические этюды. Уметь управлять силой голоса Основы манекенной пластики Работать с текстом, интонациями, выразительно читать по ролям. Определять сквозное действие роли. Работать с микрофоном, пультом, ширмами, декорациями.	Уметь работать в команде, организовывать рабочее место. Выполнять роль ассистента режиссера, корректировать мизансцены, расширять действие.
2 год обучения	Страницы истории театра: театр Древней Греции. Развитие представлений о видах	Воплощать сюжет художественными средствами разных искусств. Работа над одной ролью (одним отрывком) всех студийцев. Определять различия в характере действия.	Самостоятельно готовить сцену к репетиции, спектаклю, писать сценарий, делать раскадровку.

	театрального искусства: музыкальный театр. Значение и способы превращения своей логики действия в логику действий персонажа. Разные логики поведения одного и того же действующего лица в избранном отрывке.	Управлять силой и диапазоном голоса Выразительно читать по ролям. Находить музыкальное оформление спектакля, импровизировать в итоговом спектакле.	
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Критерии и способы определения результативности.

Оцениваемые параметры:

- Теоретические основы театральной деятельности
- Визуальное и аудиальное решение спектакля
- Сценическая речь
- Пластика и сценическое движение
- Основы импровизации
- Развитие личностных характеристик - самооценки, уровня притязаний, познавательных процессов, локуса контроля, навыков коммуникации, наблюдения рефлексии

Методы выявления результатов развития:

- ✓ Мониторинг знаний (форма тест);
- ✓ Применение полученных знаний в практической деятельности
- ✓ Ведение дневников самонаблюдения (самомониторинг проблем артикуляции и дыхания с помощью критериальных листов и экранов успеха).
- ✓ Методики Дембо-Рубинштейн, Спилбергер, Лурия.
- ✓ Рефлексия труппы саморефлексия выступления (анкетирование, устная обратная связь).

Методы выявления результатов воспитания:

- ✓ Рефлексия труппы саморефлексия выступления (анкетирование, устная обратная связь).
- ✓ Экраны успеха.

Методы отслеживания результативности:

- ✓ Практическое закрепление знаний (публичное монологическое и диалогическое выступление)
- ✓ Рефлексия труппы саморефлексия выступления (анкетирование, устная обратная связь).
- ✓ Ведение дневников самонаблюдения (самомониторинг проблем артикуляции и дыхания с помощью критериальных листов и экранов успеха).
- ✓ Формы подведения итогов. Применение полученных знаний в практической деятельности

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:
мониторинг (1 раз в полугодие), итоговые творческие работы.

Перечень разделов:

- Теоретические основы театральной деятельности
- Визуальное решение спектакля
- Сценическая речь
- Пластика и сценическое движение
- Основы импровизации

Программа предусматривает постановку и демонстрацию двух спектаклей в год (промежуточный – новогодний спектакль для начальной школы, итоговый – конкурсный спектакль).

2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№ п/п	Модули	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
		Всего	Теория	Практика	Мониторинг знаний (форма тест, методики Дембо-Рубинштейн, Спилбергер, Лурия); Применение полученных знаний в практической деятельности Ведение дневников самонаблюдения. Рефлексия труппы саморефлексия выступления (анкетирование, устная обратная связь). Экраны успеха. мониторинг (1 раз в полугодие), итоговые творческие работы.
1	Сценическая речь	27	7	20	
1.1	Вводное занятие.	3	1	2	
1.2	Актерская грамота.	12	3	9	
1.3	Художественное чтение	12	3	9	
2	Сценическое движение.	9	3	6	
3	Работа над пьесой	72	18	54	
3.1	Репетиции, спектакли и психологические практикумы.	66	18	48	
3.2	Экскурсии	3		3	
3.3	Итоговое занятие	3		3	
Итого		108	28	80	

Учебно-тематический план (2-й год обучения)

№ п/п	Модули	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История театра. Театр как вид искусства.	9	6	3	Мониторинг знаний (форма тест, методики Дембо-Рубинштейн, Спилбергер, Лурия); Применение полученных знаний в практической деятельности Ведение дневников самонаблюдения.
2	Актерское мастерство	27	9	18	
2.1	Актерская грамота.	9	3	6	
2.2	Художественное чтение	9	3	6	
2.3	Сценическое движение.	9	3	6	

3	Работа над пьесой	72	6	66	Рефлексия группы саморефлексия выступления (анкетирование, устная обратная связь). Экраны успеха. мониторинг (1 раз в полугодие), итоговые творческие работы.
3.1	Репетиции, спектакли, мероприятия и психологические практикумы.	66	6	60	
3.2	Экскурсии	3		3	
3.3	Итоговое занятие	3		3	
Итого		108	21	87	

3. Содержание изучаемого курса программы

Реализация программы осуществляется на трех уровнях образовательного процесса.

1-й год обучения - начальная ступень «Первые шаги» - основная цель этой ступени – выявление и развитие общих исполнительских способностей детей, формирование интереса к актерскому творчеству. В течение первого года воспитанники получают первоначальные знания и умения в области театрального искусства, открывают для себя поведение (действие) как основной материал актерского мастерства, закладывается фундамент для углубленного представления о театре как виде искусства. Основной формой работы на первом этапе являются театральные игры и упражнения-импровизации.

2-й год обучения – расширенная ступень «Тропинками творчества» – основная цель – углубленное изучение и овладение актерским мастерством с ориентацией на исполнительскую деятельность. В течение второго года обучения происходит закрепление и расширение знаний, полученных на первом этапе, продолжают совершенствоваться выразительность и яркость поведения в выступлении актера перед зрителем. Формы работы - тренинги, репетиции.

1-й год обучения

№ п.п	Модули	В том числе		Всего
		Теория	Практика	
Модуль 1 Сценическая речь				
1.1	Вводное занятие.	Знакомство с планом работы.	Анкета «Ваши предложения по работе творческого объединения» Работа на командообразование	3
1.2	Актерская грамота.	Многообразие выразительных средств в театре. «Бессловесные элементы действия», «Логика действий» и т.д.	Упражнения на КСД; Тренинги на внимание. Упражнения на овладение и пользование словесными воздействиями этюды.	12

1.3	Художественное чтение	«Роль чтения вслух в повышении общей читательской культуры». «Основы практической работы над голосом» и т.д	Упражнения на тренировку силы голоса, диапазона голоса	12
Модуль 2 Сценическое движение.				
2.1	Сценическое движение.	Пластическая выразительность актера.	Работа с телом, манекенная пластика	9
Модуль 3 Работа над пьесой				
3.1	Репетиции, спектакли. мероприятия и психологические практикумы.	Анализ пьесы, чтение и обсуждение. Образы героев.	Выразительное чтение по ролям. Определение сквозного действия роли. Репетиции. Показ спектакля Драматерапия, арт-терапия, телесно-ориентированная терапия	66
3.2	Экскурсии		Поход в театр	3
3.2	Итоговое занятие		Капустник	3
	ИТОГО:			108

2-й год обучения

№ п.п	Модули	В том числе		Всего
		Теория	Практика	
Модуль 1 История театра. Театр как вид искусства.				
Модуль 2 Актерское мастерство				
2.1	Актерская грамота.	Проявление индивидуальности человека в особенностях общения. Расширение сферы знаний о закономерностях действий. Знакомство с логикой межличностного общения.	Этюды на удерживание настойчивости. Упражнения на перевоплощение путем изменения логики взаимодействия с партнером. Упражнение «Я играю так, потому что ...»	9

2.2	Художественное чтение	Многообразие индивидуальных форм выступления. Чтецкий номер в концерте. Разнообразие художественных приёмов литературы.	Отработка навыка правильного дыхания при чтении и сознательного управления речеголосовым аппаратом (диапазоном голоса, его силой и подвижностью». Создание композиций путём сокращения текста.	9
2.3	Сценическое движение.	Работа с равновесием, работа с предметами. ТБ. Обучение танцу и искусству танцевальной импровизации.	универсальная разминка, танцевальные композиции.	9
Модуль 3. Работа над пьесой				
3.1	Репетиции, спектакли, мероприятия и психологические практикумы	Анализ пьесы, чтение и обсуждение. Образы героев.	Выразительное чтение по ролям. Определение сквозного действия роли. Репетиции. Показ спектакля Драматерапия, арт-терапия, телесно-ориентированная терапия	66
3.2	Экскурсии	Правила ТБ		3
3.3	Итоговое занятие		Капустник	3
	ИТОГО:			108

4. Методическое обеспечение: книги, сценарии, видеоролики, аудиозаписи, упражнения (см. приложение).

1-й год обучения

1. Вводное занятие «Разрешите представиться» - 3 часа

Теория: Цели и задачи обучения. Перспективы творческого роста. Знакомство с театром как видом искусства.

Практическая работа: Просмотр творческих работ, видеофильмов со спектаклями, мероприятиями выпускников.

Форма проведения занятия – презентация коллектива.

Приёмы и методы: игровой, наглядный, иллюстрированный.

Дидактический материал: видеофильмы, фотографии.

Форма подведения итогов: анкетирование, беседа.

2. История театра. Театр как вид искусства - 6 часов

2.1. Первоначальные представления о театре как виде искусства.

Теория: Знакомство с особенностями современного театра как вида искусства. Место театра в жизни общества. Общее представление о видах и жанрах театрального искусства: драматический театр, музыкальный театр (опера, балет, оперетта, мюзикл), театр кукол, радио- и телетеатр.

Практическая работа: использование имеющегося художественного опыта учащихся; творческие игры; рисование кинофильма для закрепления представлений о театре как виде искусства. Просмотр театральных постановок драматического театра им.Щепкина г.Белгород. Игры «Театр в твоей жизни («Что такое театр?», «Театр в твоём доме. Театр на улице», «Школьный театр. Профессиональный театр для детей. Зачем люди ходят в театр?». Упражнения-тренинги «Так и не так в театре (готовимся, приходим, смотрим)». Занятие-тренинг по культуре поведения «Как себя вести в театре».

Формы проведения занятий: групповые занятия по усвоению новых знаний.

Приёмы и методы: метод игрового содержания, наглядный, объяснительно-иллюстративный.

Дидактический материал: карточки с заданиями, фотографии, записи спектаклей.

Форма подведения итогов: блиц-опрос, самостоятельные импровизации.

2.2. Театр как одно из древнейших искусств

Теория: Народные истоки театрального искусства («обряд инициации», славянский обряд «плювиальной» (дождевой магии) песни, пляски, посвящённые Яриле, игры, празднества). Скоморохи – первые профессиональные актеры на Руси, их популярность в народе. Преследование скоморохов со стороны государства и церкви.

Практическая работа: проигрывание игр, обрядов Белгородской области, Валуйской земли, праздники «Масленица», «Сретенье», «Покрова», «Рождественские посиделки», «Сочельник и Коляда» и т.д. «Игры в скоморохов» - на придуманные или взятые из литературных источников сюжеты. Кукольный скомороший театр. О Петрушке.

Формы проведения занятий: игровые групповые занятия.

Приёмы и методы: метод игрового содержания, наглядный, объяснительно-иллюстративный

Дидактический материал: карточки с заданиями, фотографии, DVD, CD – диски с народными песнями, танцами.

Форма подведения итогов: игры-импровизации

2.3. Развитие представления о видах театрального искусства: театр кукол

Теория: Рождение театра кукол. Зарубежные братья Петрушки. Виды кукольного театра. Знакомство с современным кукольным театром. Его художественные возможности. Особенности выразительного языка театра кукол.

Практическая работа: просмотр с детьми кукольных спектаклей. Изготовление кукол-петрушек или других кукол.

Формы проведения занятий: практические занятия, творческая лаборатория.

Приёмы и методы: метод игрового содержания, наглядный, объяснительно-иллюстративный, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с заданиями, фотографии, DVD, CD – диски с кукольными спектаклями.

Форма подведения итогов: разыгрывание сценок на темы сказочных сюжетов.

2.4. Театр – искусство коллективное

Теория: Знакомство с театральными профессиями. Спектакль – результат коллективного творчества. Кто есть кто в театре. Актер – «главное чудо театра».

Практическая работа: творческие задания на ознакомление с элементами театральными профессий: создание афиш, эскизов декораций и костюмов.

Формы проведения занятий: заочная экскурсия по театральным цехам.

Приёмы и методы: репродуктивный, объяснительно-иллюстративный

Дидактический материал: фотографии, видеозаписи.

Форма подведения итогов: рефераты на тему: «Путешествие по театральной программке».

3. Актерская грамота - 9 часов

3.1. Многообразие выразительных средств в театре

Теория: Знакомство с драматургией, декорациями, костюмами, гримом, музыкальным и шумовым оформлением. Стержень театрального искусства – исполнительское искусство актера.

Практическая работа: тренинги на внимание: «Поймать хлопок», «Невидимая нить», «Много ниточек, или Большое зеркало».

Формы проведения занятий: беседы, игровые формы.

Приёмы и методы: метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с заданиями.

Форма подведения итогов: анализ практической деятельности.

3.2. Значение поведения в актерском искусстве.

Теория: возможности актера «превращать», преображать с помощью изменения своего поведения место, время, ситуацию, партнеров.

Практическая работа: упражнения на коллективную согласованность действий (одновременно, друг за другом, вовремя); воспитывающие ситуации «Что будет, если я буду играть один..»; превращения заданного предмета с помощью действий во что-то другое (индивидуально, с помощниками).

Формы проведения занятий: беседы, игровые формы.

Приёмы и методы: метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с заданиями.

Форма подведения итогов: самостоятельная импровизация

3.3. Бессловесные и словесные действия

Теория: Развитие требований к органичности поведения в условиях вымысла. Словесные действия. Психофизическая выразительность речи. Словесные воздействия как подтекст. Этюдное оправдание заданной цепочки словесных действий.

Практическая работа: Выполнение этюдов, упражнений- тренингов., упражнение: «Я сегодня – это ...», этюды на пословицы, крылатые выражения, поговорки, сюжетные стихи, картины – одиночные, парные, групповые, без слов и с минимальным использованием текста.

Формы проведения занятий: беседы, игровые формы, занятия-зачёт.

Приёмы и методы: метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с заданиями.

Форма подведения итогов: анализ работы своей и товарищей.

4.Художественное чтение – 9 часов

Художественное чтение как вид исполнительского искусства.

Теория: Роль чтения вслух в повышении общей читательской культуры. Основы практической работы над голосом. Анатомия, физиология и гигиена речевого аппарата. Литературное произношение.

Практическая работа: отработка навыка правильного дыхания при чтении и сознательного управления речеголосовым аппаратом (диапазоном голоса, его силой и подвижностью». Упражнения на рождение звука: «Бамбук», «Корни», «Тряпичная кукла», «Резиновая кукла», «Фонарь», «Антенна», «Разноцветный фонтан». Отработка навыка правильного дыхания при чтении и сознательного управления речевым аппаратом.

Формы проведения занятий: групповые

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: упражнения по дыханию, упражнения на развитие и управление речеголосовым аппаратом.

Логика речи.

Теория: Основы сценической «лепки» фразы (логика речи). Понятие о фразе. Естественное построение фразы. Фраза простая и сложная. Основа и пояснение фразы. Пояснения на басах и верхах.

Практическая работа: Артикуляционная гимнастика: упражнения для губ «Улыбка-хоботок», «Часы», «Шторки»; упражнения для языка: «Уколы», «Змея», «Коктейль». Чтение отрывков или литературных анекдотов.

Формы проведения занятий: групповые, игровые.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: упражнения по дыханию, исполнение текста, демонстрирующего владение «лепкой» фразы.

Словесные воздействия.

Теория: Классификация словесных воздействий. Текст и подтекст литературного произведения. Возможность звучащим голосом рисовать ту или иную картину. Связь рисуемой картины с жанром литературного произведения.

Практическая работа: Упражнения на «распро-ультра-натуральное действие» : превращение заданного предмета с помощью действий во что-то другое (индивидуально, с помощником); упражнения для голоса: «Прыжок в воду», «Колокола», «Прыгун», «Аквалангист».

Формы проведения занятий: групповые, занятие-зачёт.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: исполнение каждым воспитанником работ из своего чтецкого репертуара.

5.Сценическое движение – 9 часов

Основы акробатики.

Теория: Школы и методики движенческой подготовки актера. Развитие психофизического аппарата. Основы акробатики, работа с равновесием, работа с предметами. Техника безопасности.

Практическая работа: Разминка плечевого пояса: «Ветряная мельница», «Миксер», «Пружина», «Кошка лезет на забор». Тренинг :«Тележка», «Собачка», «Гусиный шаг», «Прыжок на месте». Элементы акробатики: кувырок вперед, кувырок назад, кенгуру, кузнечик. Сценические падения: падения вперед согнувшись, падение назад на спину.

Формы проведения занятий: групповые.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод плотных нагрузок, метод взаимообучения.

Дидактический материал: маты или акробатические дорожки

Форма подведения итогов: этюды

5.2. Обучение танцу и искусству танцевальной импровизации.

Теория: Беседы: «В поисках собственного стиля», «Танец сегодня», «Об Айседоре Дункан». «Бальные» танцы: «Танец-шествие», «Мазурка», «Менуэт», «Вальс Дружбы», «Фигурный вальс».

Практическая работа: Универсальная разминка. Элементы разных по стилю танцевальных форм. Классический танец (батман тандю, батман жете, гран батман). Основные позиции рук, ног, постановка корпуса. Разучивание основных элементов народного танца: простой шаг, переменный шаг, шаг с притопом, веревочка, ковырялочка. «Бальные» танцы: «Танец-шествие», «Мазурка», «Менуэт». Разучивание их основных элементов.

Разучивание вальсового шага. Счет танцев «Вальс Дружбы», «Фигурный вальс».

Позиции в паре. Основные элементы бального танца «Фигурный вальс»: «балансе с поворотом», «окошечко», «вальсовая дорожка», «правый поворот в паре».

Формы проведения занятий: групповые.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод плотных нагрузок, метод взаимообучения.

Дидактический материал: маты или акробатические дорожки

Форма подведения итогов: танцевальная композиция на заданную тему.

6. Работа над пьесой – 45 часов

6.1. Пьеса – основа спектакля

Теория: Особенности композиционного построения пьесы: ее экспозиция, завязка, кульминация и развязка. Время в пьесе. Персонажи - действующие лица спектакля.

Практическая работа: работа над выбранной пьесой, осмысление сюжета, выделение основных событий, являющихся поворотными моментами в развитии действия. Определение главной темы пьесы и идеи автора, раскрывающиеся через основной конфликт. Определение жанра спектакля. Чтение и обсуждение пьесы, ее темы, идеи. Общий разговор о замысле спектакля.

Формы проведения занятий: практические

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: анализ пьесы

6.2. Текст-основа постановки.

Теория: Повествовательный и драматический текст. Речевая характеристика персонажа. Речевое и внеречевое поведение. Монолог и диалог.

Практическая работа: работа по карточкам «от прозы к драматическому диалогу», «Сфера диалога и сфера игры», «Кто это сказал?», «Создание речевых характеристик персонажей через анализ текста», выразительное чтение по ролям, расстановка ударение в тексте, упражнения на коллективную согласованность действий, отработка логического соединения текста и движения. Основная этюдно-постановочная работа по ролям

Формы проведения занятий: практические

Приёмы и методы: эвристический, проблемный

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: составление таблицы «История про..., который...».

6.3. Театральный грим. Костюм.

Теория: Отражение сценического образа при помощи грима. Грим как один из способов достижения выразительности: обычный, эстрадный, характерный, абстрактный. Способы накладывания грима.

Практическая работа: Приемы накладывания грима. Создание эскизов грима для героев выбранной пьесы. Накладывание грима воспитанниками друг другу.

Формы проведения занятий: творческие лаборатории

Приёмы и методы: эвристический, объяснительно-иллюстративный

Дидактический материал: гримировальный набор, жирный крем, тональный крем, помада, гуммоз, пудра, различные кисти, ватные тампоны, бумажные салфетки, альбомы, краски, карандаши.

Форма подведения итогов: создание эскизов более сложного грима.

6.4 Театральный костюм.

Теория: Костюм – один из основных элементов, влияющих на представление об образе и характере. Костюм «конкретизированный» и «универсальный». Цвет, фактура.

Практическая работа: создание эскизов костюмов для выбранной пьесы.

Формы проведения занятий: творческие лаборатории

Приёмы и методы: эвристический, объяснительно-иллюстративный

Дидактический материал: иллюстрации из книг, фотографии, альбомы, краски, карандаши.

Форма подведения итогов: рефераты на тему: «Эпохи в зеркале моды».

6.5. Репетиционный период.

Практическая работа: Соединение сцен, эпизодов; репетиции в декорациях, с реквизитом и бутафорией, репетиции в костюмах, репетиции с музыкальным и световым оформлением, сводные репетиции, репетиции с объединением всех выразительных средств. Генеральная репетиция.

Формы проведения занятий: репетиции

Приёмы и методы: метод импровизации, метод полных нагрузок.

Форма подведения итогов: премьеры (первый показ спектакля на зрителя). Обсуждение премьерного спектакля (участвуют все актёры, все службы).

7. Мероприятия и психологические практикумы-21 час.

Теория: Знакомство с методикой проведения и организации досуговых мероприятий. Тематическое планирование, разработка сценариев.

Практическая работа. Участие в подготовке досуговых мероприятий внутри учреждения. Выявление ошибок Оформление газеты «В мире театра».

Форма проведения занятия: вечера, праздники, конкурсы.

Приёмы и методы: эвристический, метод полных нагрузок

Дидактический материал : сценарии.

Формы подведения итогов: Совместное обсуждение и оценка сделанного.

8. Экскурсии – 3 часа.

Посещение спектакля.

9. Итоговое занятие – 3 часа

Теория: Викторина по разделам программы обучения за год.

Практическая работа: экзамен-выступление: упражнения на коллективную согласованность; превращение и оправдание предмета, позы, ситуации, мизансцены; этюды на оправдание заданных бессловесных элементов действий разными предлагаемыми обстоятельствами; упражнения по курсу «Художественное слово».

Форма проведения занятия: блиц-турнир, зачет.

Приёмы и методы: дизайн-анализ, создание ситуации достижения и успеха.

Дидактический материал : текст викторины.

Формы подведения итогов: экзамен, самоанализ деятельности.

2-й год обучения

1.Вводное занятие. – 3 часа

Теория: Цели и задачи обучения. Учебный план. Перспектива творческого роста.

Практика: Работа на сыгрывание, понимание друг друга

Форма проведения занятия: выставка, мини-конференция.

Приемы и методы: создание ситуации успеха, наглядный, словесный, игровой.

Дидактический материал: выставочные экспонаты, фото, иллюстрации.

Формы подведения итогов: анкетирование, беседа.

2. История театра. Театр как вид искусства - 6 часов

2.1. Страницы истории театра: средневековый площадной театр.

Теория: Актер средневекового театра, его религиозный смысл. Актер средневекового театра, синтетический характер искусства «профессиональных развлекателей». Символика и условность оформления средневекового спектакля. Связь театра со средневековой литературой и изобразительным искусством. Трансформации традиций средневекового театра в современных театрализованных празднествах (карнавалах, маскарадах, шествиях).

Практическая работа: Знакомство с искусством средневековой Европы по иллюстрациям и слайдам, по описаниям театральных представлений. Разыгрывание сценок, импровизации в духе средневековых театральных жанров. Подготовка этюдов «Средневековый театр». Просмотр видеофильмов с карнавалами, маскарадами.

Формы проведения занятий: групповые занятия по усвоению новых знаний.

Приёмы и методы: эвристический, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с раздаточным материалом, литература по теме, видеофильмы.

Форма подведения итогов: разыгрывание мистерии.

2.2. Страницы истории театра: Театры, где играют дети.

Теория: Судьба школьного театра в России. Первый русский просветитель – Симеон Полоцкий. «Потешная палата», «Комедиальная храмина». Школьный театр Славяно-греко-латинской академии. Детское театральное движение 80-х гг. XX в. Современные школьные театры.

Практическая работа: Знакомство по иллюстрациям и фотографиям с устройством зрительного зала и оформлением сценической площадки русских театров. Заочная экскурсия по современным театрам.

Формы проведения занятий: групповые занятия по усвоению новых знаний.

Приёмы и методы: метод игрового содержания, наглядный, объяснительно-иллюстративный,

Дидактический материал: литература, фотографии, записи спектаклей.

Форма подведения итогов: блиц-опрос.

2.3. Гении русской сцены.

Теория: Знакомство с жизнью и творчеством М.Щепкина, П.Мочалова, В.Каратыгина.

Практическая работа: самостоятельная подготовка воспитанниками рефератов на тему.

Формы проведения занятий: устный журнал.

Приёмы и методы: поисковый, эвристический, метод взаимообучения, объяснительно-иллюстративный.

Дидактический материал: литература по теме, фотографии.

Форма подведения итогов: создание папки-накопителя «Гении русской сцены».

2.4. Великие русские драматурги.

Теория: Знакомство с жизнью и творчеством Н. Островского и других драматургов.

Практическая работа: самостоятельная подготовка воспитанниками рефератов на тему.

Формы проведения занятий: устный журнал.

Приёмы и методы: поисковый, эвристический, метод взаимообучения, объяснительно-иллюстративный.

Дидактический материал: литература по теме, фотографии.

Форма подведения итогов: создание папки-накопителя «Гении русской сцены».

3. Актерская грамота - 9 часов

3.1. Средства актёрского искусства.

Теория: Проявление индивидуальности человека в особенностях общения. Расширение сферы знаний о закономерностях действий. Знакомство с логикой межличностного общения. Борьба в межличностном общении как условие сценической выразительности.

Практическая работа: Этюды на удерживание настойчивости. Упражнения на перевоплощение путем изменения логики взаимодействия с партнером. Упражнение «Я играю так, потому что ...». Просмотр и прослушивание музыки и видеоклипов. Работа над одной ролью (одним отрывком) всех студийцев. Упражнения на коллективную согласованность действий (одновременно, друг за другом, вовремя). Воспитывающие ситуации «Что будет, если я буду играть один...». Превращения заданного предмета с помощью действий во что-то другое (индивидуально, с помощниками).

Формы проведения занятий: беседы, игровые формы.

Приёмы и методы: метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с упражнениями и этюдами..

Форма подведения итогов: анализ практической деятельности.

3.2. Актер и его роли.

Теория: Проявление основных характерологических особенностей человека в особенностях логики построения взаимодействий с партнером (параметры общения). Значение постоянной работы над совершенствованием техники в творчестве актера.

Практическая работа: упражнения на коллективную согласованность действий (одновременно, друг за другом, вовремя); Этюды на выразительность подачи одного из параметров межличностного общения: соотношение сил, интересов, инициативности, претенциозности или поглощения делом., или Большое зеркало». Выполнение этюдов, упражнений- тренингов. Упражнение: «Я сегодня – это ...»

Формы проведения занятий: игровые, практические.

Приёмы и методы: метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с заданиями.

Форма подведения итогов: Анализ работы своей и товарищей.

3.3. Импровизация.

Теория: Роль импровизации, взаимосвязь импровизации с техническими навыками в репетиционной работе. Мизансцены спектакля. Импровизация и точность выполнения установленных мизансцен.

Практическая работа: Выполнение этюдов, упражнений- тренингов. Анализ работы своей и товарищей. Этюды на пословицы, крылатые выражения, поговорки, сюжетные стихи, картины – одиночные, парные, групповые, без слов и с минимальным использованием текста.

Формы проведения занятий: беседы, игровые формы, занятия-зачёт.

Приёмы и методы: метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: карточки с заданиями.

Форма подведения итогов: анализ работы своей и товарищей.

4.Художественное чтение – 9 часов

4.1Индивидуальные формы выступления

Теория: Многообразие индивидуальных форм выступления. Чтецкий номер в концерте. Мелодекламация. Литературная композиция и монтаж. «Театр одного актёра».

Практическая работа: Отработка навыка правильного дыхания при чтении и сознательного управления речеголосовым аппаратом (диапазоном голоса, его силой и подвижностью). Упражнения на рождение звука: «Бамбук», «Корни», «Тряпичная кукла», Резиновая кукла», «Фонарь», Антенна», «Разноцветный фонтан». Основы сценической «лепки» фразы (логика речи). Понятие о фразе. Естественное построение фразы.

Формы проведения занятий: групповые

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: Исполнение текста, демонстрирующего владение «лепкой» фразы.

4.2Разнообразие художественных приемов литературы.

Теория: Многообразие групповых форм выступления. «Поэтический театр», «Синяя блуза», «Агитбригада», капустник.

Практическая работа: Создание композиции путем сокращения текста с сохранением основной темы, идеи, главных героев. Соединение различных по содержанию, форме, стилю, ритму фрагментов литературных произведений.

Формы проведения занятий: групповые, игровые, занятие – зачёт.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: капустник ко Дню театра.

5.Сценическое движение – 9 часов

5.1Основы акробатики.

Теория: Основы акробатики, работа с равновесием, работа с предметами. Техника безопасности.

Практическая работа: Продолжение работы над разминкой плечевого пояса. Сценические падения : падения вперед согнувшись, падение назад на спину.

Формы проведения занятий: групповые.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод плотных нагрузок, метод взаимообучения.

Дидактический материал: маты или акробатические дорожки

Форма подведения итогов: этюды

5.2. Обучение танцу и искусству танцевальной импровизации.

Теория: Контрастная музыка: быстрая, медленная, веселая грустная. Сюжеты некоторых танцев. Особенности их движений. Элементы современного танца. Обучение танцу и искусству танцевальной импровизации.

Практическая работа: Универсальная разминка. Тренировка суставно-мышечного аппарата, разучивание основных движений под музыку. Упражнения на вокально-двигательную координацию. Элементы разных по стилю танцевальных форм.

Формы проведения занятий: групповые.

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод плотных нагрузок, метод взаимообучения.

Дидактический материал: маты или акробатические дорожки

Форма подведения итогов: Составление и разучивание танцевальной композиции с выученными элементами.

6. Работа над пьесой – 45 часа

6.1. Пьеса – основа спектакля

Теория: Особенности композиционного построения пьесы: ее экспозиция, завязка, кульминация и развязка. Время в пьесе. Персонажи - действующие лица спектакля.

Практическая работа: работа над выбранной пьесой, осмысление сюжета, выделение основных событий, являющихся поворотными моментами в развитии действия. Определение главной темы пьесы и идеи автора, раскрывающиеся через основной конфликт. Определение жанра спектакля. Чтение и обсуждение пьесы, ее темы, идеи. Общий разговор о замысле спектакля.

Формы проведения занятий: практические

Приёмы и методы: метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: анализ пьесы

6.2. Текст-основа постановки.

Теория: Повествовательный и драматический текст. Речевая характеристика персонажа. Речевое и внеречевое поведение. Монолог и диалог.

Практическая работа: работа по карточкам «от прозы к драматическому диалогу», «Сфера диалога и сфера игры», «Кто это сказал?», «Создание речевых характеристик персонажей через анализ текста», выразительное чтение по ролям, расстановка ударение в тексте, упражнения на коллективную согласованность действий, отработка логического соединения текста и движения. Основная этюдно-постановочная работа по ролям

Формы проведения занятий: практические

Приёмы и методы: эвристический, проблемный

Дидактический материал: индивидуальные карточки с упражнениями по теме.

Форма подведения итогов: составление таблицы «История про..., который...».

6.3. Театральный грим. Костюм.

Теория: Отражение сценического образа при помощи грима. Грим как один из способов достижения выразительности: обычный, эстрадный, характерный, абстрактный. Способы накладывания грима.

Практическая работа: Приемы накладывания грима. Создание эскизов грима для героев выбранной пьесы. Накладывание грима воспитанниками друг другу.

Формы проведения занятий: творческие лаборатории

Приёмы и методы: эвристический, объяснительно-иллюстративный

Дидактический материал: гримировальный набор, жирный крем, тональный крем, помада, гуммоз, пудра, различные кисти, ватные тампоны, бумажные салфетки, альбомы, краски, карандаши.

Форма подведения итогов: создание эскизов более сложного грима.

6.4. Театральный костюм.

Теория: Костюм – один из основных элементов, влияющих на представление об образе и характере. Костюм «конкретизированный» и «универсальный». Цвет, фактура.

Практическая работа: создание эскизов костюмов для выбранной пьесы.

Формы проведения занятий: творческие лаборатории

Приёмы и методы: эвристический, объяснительно-иллюстративный

Дидактический материал: иллюстрации из книг, фотографии, альбомы, краски, карандаши.

Форма подведения итогов: рефераты на тему: «Эпохи в зеркале моды».

6.5. Репетиционный период.

Практическая работа: Соединение сцен, эпизодов; репетиции в декорациях, с реквизитом и бутафорией, репетиции в костюмах, репетиции с музыкальным и световым оформлением, сводные репетиции, репетиции с объединением всех выразительных средств. Генеральная репетиция.

Формы проведения занятий: репетиции

Приёмы и методы: метод импровизации, метод полных нагрузок.

Форма подведения итогов: премьеры (первый показ спектакля на зрителя). Обсуждение премьерного спектакля (участвуют все актёры, все службы).

7. Мероприятия и психологические практикумы - 21 час.

Теория: Знакомство с методикой проведения и организации досуговых мероприятий. Тематическое планирование, разработка сценариев.

Практическая работа. Участие в подготовке досуговых мероприятий внутри учреждения. Выявление ошибок Оформление газеты «В мире театра».

Форма проведения занятия: вечера, праздники, конкурсы.

Приёмы и методы: эвристический, метод полных нагрузок

Дидактический материал : сценарии.

Формы подведения итогов: Совместное обсуждение и оценка сделанного.

8. Экскурсии – 3 часа.

Экскурсии в краеведческие музеи, в храмы посёлка, в природу

9. Выпускной экзамен –3 часа

Итоговый результат выпускного экзамена выводится на основании трех оценок:

- за участие в спектаклях (качество и количество);
- за устный ответ и импровизированное выполнение этюда;
- за исполнение актёрских работ и чтецкого репертуара на экзамене-концерте.

5. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Абалкин Н.А. Диалог с актером. – М.: ВТО, 1985.
2. Авров Д.Н, спектакль и зритель. - М.: Просвещение, 1985
3. Баталов А.В. Судьба и ремесло. – М.: искусство, 1984.
4. Блок В.Г. Диалектика театра: Очерки по теории драмы и ее сценическому воплощению. – М.: Искусство, 1983.
5. Ершова А.П., Букатов В.М. Возвращение к таланту. – М.: АКМЭ, 1995.
6. Ершов П.Ш. Технология актерского искусства. 2-е изд. М., 1992.
7. Калмановский Е.С. Книга о театральном актере: Введение в изучение актерского творчества. – Л.: Искусство, 1984.
8. Климовский В.Л. мы идем за кулисы6 Книга о театральных цехах. – М.: дет. Литература, 1982.
9. Ковшов Н.Д. Уроки М.Н. Кедрова. – М.: Искусство, 1983.
10. Михайлова А.П. театр в эстетическом воспитании младших школьников. – М.: Просвещение, 1975.
11. Муравьев Б.Л. От дыхания – к голосу: работа над речевым дыханием актера. - Л., 1982
12. Родари Дж. Грамматика фантазии: Введение в искусство придумывания историй .- М.: Прогресс, 1978
13. Эфрос А.В. репетиция – любовь моя. М., Искусство, 1981.

6. Приложения

Календарно-тематическое планирование

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3.)

Начало занятий первого года обучения – 10 сентября.

Начало занятий второго и последующих годов обучения – 1 сентября.

Окончание занятий первого года обучения – 31 мая.

Окончание занятий второго и последующих годов обучения – 31 мая

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) – 36 недель.

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	первый	36	108	108	3 раза в неделю по 1 часу
2	второй	36	108	108	3 раза в неделю по 1 часу

Промежуточная аттестация учащихся согласно Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам - апрель-май.

1 год обучения

№	Тема раздела	Тема занятия	К/ч	Дата
1	Вводное занятие. (3 часа)	Вводное занятие «Разрешите представиться».	2	
2		Знакомство с планом работы.	1	
3	История театра. Театр как вид искусства. (6 часов)	Знакомство с особенностями современного театра.	1	
4		Место театра в жизни общества.	1	
5		Общее представление о видах и жанрах.	1	
6		Игры «Что такое театр?»	2	
7	Актерская грамота. (9 часов)	Театр – искусство коллективное	1	
8		Кто есть кто в театре.	1	
9		Знакомство с драматургией костюмами декорациями.	1	
10		Стержень – театрального искусства. Тренинг на внимание.	1	
11		Возможности актера «превращать». Упражнения на коллективное согласование.	1	
12		Бессловесные и словесные требования. Выполнение этюдов.	1	
13		Этюдное оправдание заданной цепочки. Словесные воздействия.	1	
14		Народные истоки театрального искусства.	1	

15		Проигрывание обрядов. Праздники «Масленица», «Сретенье», «Покрова», «Рождественские посиделки», «Сочельник и Коляда»	1	
16	Художественное чтение (9 часов)	Роль чтения вслух. Работа с голосом. Упражнения на рождение звука.	1	
17		Работа с голосом. Упражнение на дыхание. Артикуляционная гимнастика. «Часы», «Шторки».	1	
18		Классификация словесных воздействий. Текст и подтекст литературного произведения	1	
19		Возможность звучащим голосом рисовать ту или иную картину.	3	
20		Связь рисуемой картины с жанром литературного произведения.	3	
21	Сценическое движение. (9 часов)	Сценическое движение. Развитие психофизического аппарата.	3	
22		Школы и методики движения подстройки актера. Упражнения на развитие плечевого пояса.	3	
23		Искусство танцевальной импровизации.	3	
24	Работа над пьесой (45 часов)	Особенности композиционного построения пьесы (завязка, кульминация, развязка)	1	
25		Работа над выбором пьесы. Персонажи	1	
26		Определение ролей. Речевая характеристика персонажа.	2	
27		Коллективное согласование действий.	1	
28		Театральный костюм. Отражение сценического образа в гриме, костюме.	1	
29		Работа над созданием сцен, эпизодов, декорациями.	1	
30		Репетиция с музыкальным сопровождением. Бутафорией.	2	
31		Сводные репетиции, репетиции с объединением всех выразительных средств.	32	
32		Генеральная репетиция.	4	
33		Мероприятия и психологические практикумы. (21 час)	Знакомство с методикой проведения и организации досуговых мероприятий.	1
	Тематическое планирование, разработка сценариев.		1	
	Спектакли		17	
	Рефлексия		2	
34	Экскурсии (3 часа)	Посещение спектакля.	3	
35	Итоговое занятие (3 часа)	Капустник	3	

2-й год обучения

№	Тема раздела	Тема занятия	К/ч	Дата
1	Вводное занятие. (3 часа)	Вводное занятие «Разрешите представиться». Знакомство с планом работы.	2	
2		Знакомство с театром как видом искусства.	1	
3	История театра. Театр как вид искусства. (6 часов)	Актер средневекового театра, его религиозный смысл. Символика и условность оформления средневекового спектакля.	2	
4		Театры, где играют дети. Судьба школьного театра в России.	2	
5		Гении русской сцены. Знакомство с жизнью и творчеством М.Щепкина, П.Мочалова, В.Каратыгина.	2	
6	Актерская грамота. (9 часов)	Проявление индивидуальности человека в особенностях общения. Расширение сферы знаний о закономерностях действий.	1	
7		Знакомство с логикой межличностного общения. Работа над отрывком.	1	
8		Проявление основных характерологических особенностей человека	1	
9		Значение постоянной работы над совершенствованием техники в творчестве актера.	1	
10		Выполнение этюдов, упражнений- тренингов. Упражнение: «Я сегодня – это ...»	2	
11		Упражнения на коллективную согласованность действий (одновременно, друг за другом, вовремя);	3	
12	Художественное чтение (9 часов)	Многообразие индивидуальных форм выступления. Чтецкий номер в концерте.».	1	
13		Мелодекламация. Литературная композиция и монтаж. «Театр одного актера»	3	
14		Разнообразие художественных приемов литературы. Многообразие групповых форм выступления. «Поэтический театр», «Синяя блуза»	1	
15		Многообразие групповых форм выступления. «Агитбригада», капустник.	1	
16		Соединение различных по содержанию, форме, стилю, ритму фрагментов литературных произведений	3	
17	Сценическое движение. (9 часов)	Основы акробатики, работа с равновесием, работа с предметами. Техника безопасности. Продолжение работы над разминкой плечевого пояса	3	
18		Элементы современного танца. Обучение танцу и искусству танцевальной импровизации	3	
19		Контрастная музыка: быстрая, медленная, веселая грустная. Сюжеты некоторых танцев.	3	
20	Работа над пьесой (45 часов)	Особенности композиционного построения пьесы (завязка, кульминация, развязка)	1	
21		Работа над выбором пьесы. Персонажи	1	

22		Работа над выбором пьесы. Осмысление сюжета.	2	
23		Коллективное согласование действий.	1	
24		Театральный костюм. Отражение сценического образа в гриме, костюме.	1	
25		Работа над созданием сцен, эпизодов.	1	
26		Репетиция с музыкальным сопровождением, бутафорией.	2	
27		Сводные репетиции, репетиции с объединением всех выразительных средств.	32	
28		Генеральная репетиция.	4	
29	Мероприятия и психологические практикумы. (21 час)	Знакомство с методикой проведения и организации досуговых мероприятий.	1	
30		Тематическое планирование, разработка сценариев.	1	
31		Спектакли. Участие в подготовке досуговых мероприятий внутри учреждения	17	
32		Рефлексия	2	
33	Экскурсии (3 часа)	Посещение спектакля.	3	
34	Итоговое занятие (3 часа)	Капустник	3	

Упражнения

В данном разделе собраны упражнения и задания, по которым можно работать. Цель упражнений – театральное-творческое развитие. Под ним подразумевается развитие индивидуальной выразительности и точности логики действий, а также умения работать коллективно. Тренируя воображение, внимание, скорость реакции, навык слаженной работы, активизируя эмоциональный, мыслительный, социально психологический настрой личности, театральное-творческие учебные упражнения (тренинг) становятся одним из любимых видов занятий в группах детей.

Сценическая речь

1. Упражнения на снятие физического и эмоционального напряжения:

Приступая к практическому овладению техникой речи, надо привести свой организм, самочувствие, настроение в такое состояние, при котором исключается все, что затрудняет естественную координацию речевого процесса, мешает максимальному расслаблению фонационных (звуковых) путей.

«Поза» и «Маска» релаксация

Сядьте в кресло в позу отдыха. Расположиться следует удобно и свободно, не застывая в первоначально выбранной позе, чувствуя себя непринужденно. (Вы приятно устали на прогулке и развалились в кресле. Вспомните, как дети, набегавшись, падают на кровать или в кресло и остаются в естественно расслабленном состоянии). Опершись на спинку кресла, положите руки на подлокотники, ноги слегка разведите и согните в коленях. Эта поза дает возможность успокоиться. Для расслабления мускулатуры лица выполняем «маску» релаксации. Легко опустите веки, или закройте мягко глаза, или сведите взор кнутри и книзу, на щеки по бокам носа, как будто вы смотрите на цифру 6 воображаемого циферблата часов, язык мягко приложите к корням верхних передних зубов изнутри (звук [Г]), дайте нижней челюсти слегка отвиснуть, ощутив ее вес. Подаются команды (самоприказы): расслабьте лоб, брови — правую, левую, мягко опустите веки — правое, левое; щеки расслаблены — правая, левая; челюсти разжаты, нижняя челюсть свободно опущена вниз; губы расслаблены — верхняя, нижняя; расслабьте мышцы шеи — голова откинута назад, совершенно свободно лежит на изголовье кресла; расслабьте плечи — плечи опускаются; руки, кисти рук — правую, левую; расслабьте живот — он мягкий, расслабленный; ноги расслабьте — правую, левую, пальцы ног. Дыхание свободное, спокойное, медленное, ровное. Вы отдыхаете. Мысленно повторяете круг команд, проверяя, не забыли ли где-нибудь «зажимы».

Постарайтесь в момент расслабления нарисовать картину отдыха. Представьте себе теплый летний день в Крыму (или в деревне). Южное утро, солнце ярко светит и греет, тепло, хорошо. Вы медленно идете к морю (или к реке). Под ногами песок — светлый, мягкий, чистый, теплый. Ноги проваливаются в него — очень приятно, тепло поднимается по всему телу. Солнце ласкает теплыми лучами ваши руки, плечи, лицо, туловище. У вас хорошее, спокойное настроение. Вот и море (река). Вода голубая, спокойная и прозрачная (видны камешки и водоросли на дне), солнце играет серебристыми бликами, чайки медленно кружат над берегом моря. Вы ложитесь на теплый песок, вы отдыхаете, вы расслаблены, вам хорошо. Вы обо всем забыли, только это раннее спокойное, теплое, солнечное утро, эта спокойная, прозрачная вода и этот чудесный теплый воздух, напоенный ароматом цветов, запахом моря, земли и солнца. Вы спокойны, вы отдыхаете.

Обратите внимание на свое дыхание (положите ладонь руки на живот), ощутив его брюшной (диафрагмальный) характер. Дыхание должно быть свободным и непринужденным.

Итак, отдохнув 2—3 минуты, выходите из состояния расслабления (не забывайте выходить из состояния расслабления!!!) — потянитесь, сядьте, посмотрите на воду. Вам хочется купаться, да? Вы согрелись! Вставайте, представьте себе, что вы вошли в воду, ай, холодно! «Умойтесь!» Ощущение свежести и бодрости. Энергично дается команда. «Сплести пальцы рук перед собой! Выверните кисти ладонями наружу. С полным вдохом поднимите руки со сплетенными пальцами над головой. С резким выдохом опустите руки!» Повторите 2—3 раза.

Упражнения для шеи.

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч.

Все движения головой выполнять спокойно, медленно, при максимальном расслаблении мышц шеи.

Упражнение №1. Медленные наклоны головы вперед (так, чтобы подбородок уперся в грудь) и назад до отказа. Повторите 5—10 раз.

Упражнение №2. Медленные повороты головы вправо-влево (с максимальной амплитудой). Повторить 5—10 раз в каждую сторону.

Упражнение №3. Медленные круговые движения головой вправо, потом влево. Выполнять 4—5 раз в каждую сторону.

Упражнения для лица и рук.

Каждое из них делится на две части. Первая — акцентировать напряжение мышцы или группы мышц в течение 3—4 секунд. Вторая — как можно глубже расслабиться. Эффективность упражнений усиливается при подаче своеобразных самоприказов. Например, напрягая мышцы рук, сосредоточьтесь на этом ощущении и произносите про себя: «Мышцы рук максимально напряжены». Выполняя вторую часть упражнения, внушайте себе: «Мышцы рук совершенно расслаблены». Каждое упражнение выполняется 3—4 раза.

Эффективность упражнений усиливается и в том случае, если вы мысленно представляете картину ваших действий.

Упражнение №1. Представьте себе, что вы получили неожиданно сообщение от своего друга, которое вас удивило и поразило (придумайте его сами). Вы заметите, как от удивления широко откроются ваши глаза и поднимутся брови. А теперь приподнимите брови, напрягая мышцы лба, широко раскройте глаза (3—4 сек), затем расслабьте мышцы, свободно опустите веки.

Упражнение №2. Представьте, что вы вышли из темного помещения на солнечную улицу. Зажмурьтесь! Крепко зажмурьтесь! (3—4 сек). А теперь расслабьте веки, оставляя их прикрытыми.

Упражнение №3. Вспомните, как ребенок сжимает губы, когда мама пытается вынуть у него изо рта пуговицу. Представили? Крепко сожмите челюсти и губы! (3—4 сек). Теперь расслабьте их, свободно опустите нижнюю челюсть.

Упражнение №4. Напрягая язык, крепко прижмите его кончик к нёбу! (3—4 сек), расслабьте язык и челюсти.

Упражнение №5. Встаньте прямо, поднимите руки вперед, пальцы сожмите в кулак, одновременно напрягая мышцы кисти, предплечья, плечи (3—4 сек). Не забудьте о мысленном действии при этом (вы хотите быть сильным, крепким, ваши мышцы сильно напряжены!). А теперь расслабьтесь: руки, свободно падают вниз, совершая маятникообразные движения.

Упражнение №6. Наклонитесь вперед, поднимите руки, пальцы сожмите в кулак, напрягая кисти, предплечья, плечи (3—4 сек). После этого расслабьтесь: руки свободно падают вниз, совершая маятникообразные движения.

Гигиенический массаж

Гигиенический массаж выполняется для снятия напряжения и скованности мимических и речевых мышц, мышц рук, шеи, ног, живота, и наоборот, соответственно, для повышения тонуса слабых и вялых мышц. Массаж активизирует движения лицевой мускулатуры, улучшает тонус мышц лица и всего тела.

Техника массажа. Производите легкое поглаживание ладонями 5—10 раз: от середины лба к вискам и вокруг под глазами до переносицы; от переносицы к околушной впадине (движение рук, как при умывании); передней поверхности шеи в направлении к туловищу; рук, плеч в направлении к туловищу; живота круговыми движениями по часовой стрелке.

Вибрационный массаж.

Техника массажа. Энергично постукивать пальцами обеих рук: по лбу с произнесением звука [М] (мычание); по крыльям носа с произнесением звука [М]; по верхней губе с произнесением звука [В]; по нижней губе с произнесением звука [З]; по верхней части груди с произнесением звука [Ж]; по нижним частям грудной клетки справа и слева (на звуке [М]); по спине справа и слева (на звуке [М]).

После вибрационного массажа, который лучше проводить стоя, отдохните, сделав 5—10 медленных спокойных вдохов и выдохов.

2. Дыхание.

Постановка речевого дыхания сводится к развитию диафрагмально-реберного типа дыхания. Для овладения им нужно натренировать все мышцы, которые участвуют в дыхательном процессе, и прежде всего: мышцы «речевого пояса» — диафрагму и брюшные мышцы; а также дыхательные мышцы грудной клетки — межреберные мышцы.

Упражнения для тренировки речевого дыхания

«Упражнение 1(д). «Свеча» — тренировка медленного выдоха при дутье на воображаемое или реальное пламя свечи. Внимание на живот. Медленно дуйте на «пламя». Оно отклоняется, постарайтесь держать пламя во время выдоха в отклоненном положении.

Вместо свечи можно взять полоску бумаги шириной 2—3 см и длиной 10 см. Положите левую ладонь между грудной клеткой и животом, в правую возьмите полоску бумаги, используя ее как свечку, и дуйте на нее спокойно, медленно и равномерно. Бумажка отклонится, если выдох ровный, то она будет до конца выдоха находиться в

отклоненном положении. Обратите внимание на движение диафрагмы — левая ладонь во время выдоха как бы «медленно погружается». Повторите 2—3 раза.

Упражнение 2(д). «Упрямая свеча» — тренировка интенсивного сильного выдоха. Представьте себе свечу большого размера, вы понимаете, что ее вам трудно будет погасить, а сделать это обязательно надо. Сделайте вдох, задержите на секунду дыхание и дуньте на «свечу», пламя отклонилось, но не погасло. (Левая ладонь лежит между грудной клеткой и животом.) Еще сильнее дуньте, еще сильнее! Еще! Еще!

Чувствуете ладонью движения диафрагмы? Чувствуете, как подтянулся низ живота? Это упражнение дает возможность ощутить активные движения диафрагмы и мышц живота. Повторите 2—3 раза.

Упражнение 3(д). «Погасить 3,4,5,6... 10 свечей». На одном вдохе (без добора) «погасите» 3 свечи, разделив ваш выдох на три порции. Теперь представьте, что у вас 5 свечей. А объем вдоха все тот же! Теперь — 7 свечей. Не старайтесь вдохнуть как можно больше воздуха. Пусть объем останется тот же, просто каждая порция воздуха на выдохе станет меньше. А теперь свечек 10 или 12. Объем воздуха все тот же. Порции выдыхаемого воздуха более экономные. Чувствуете ладонью движения диафрагмы? Они ритмические, прерывистые и активные. Повторите 2—3 раза.

3. Дикция.

Прежде чем приступить к тренировке правильного произношения гласных и согласных звуков, сочетаний их в словах и фразах, надо натренировать речевой аппарат.

Упражнение №1(а). Раскрытие рта. Первым условием четкой, ясной речи является свободно и хорошо раскрывающийся рот. Исходное положение — рот закрыт, губы и челюсти расслабить, язык лежит плоско, свободно касаясь нижних передних зубов. Исполнение — произнесите звук [У] несколько раз без усилий и напряжения: ууууу. А теперь произнесите звук [А], рот раскройте в вертикальном направлении, нижняя челюсть опустится примерно на два пальца (≈ 3 см). Раскрывать рот на [А] надо мягкими, медленными движениями, Прodelайте 5—6 раз.

Упражнение №2(а). Подтягивание верхней или нижней губы соответственно к верхним и нижним деснам. Исходное положение — рот закрыт, зубы сжаты, челюсти неподвижны. Исполнение — приподнимите верхнюю губу «на улыбке» к деснам верхних зубов, затем сомкните губы; оттяните нижнюю губу к деснам нижних зубов, затем сомкните губы. Повторите 5—6 раз.

Примечание. Следите, чтобы исходное положение — зубы сжаты, челюсти неподвижны — обязательно сохранялось.

Упражнение №3(а). Показать зубы. Исходное положение — рот закрыт, челюсти сжаты. Исполнение — одновременно приподнимите верхнюю и оттяните нижнюю губу, обнажив верхние и нижние зубы. Прodelайте 5—6 раз.

Упражнение №4(а). Вытягивание губ — «хоботок». Исходное положение — рот закрыт, челюсти сжаты, неподвижны, губы «в хоботок» (звук [У]). Исполнение — повороты «хоботка» вправо, влево, вниз, вверх (на счет 1, 2, 3, 4 медленно), затем в круговую — вправо, влево. Повторите 3—4 раза.

Упражнение №5(а). «Скольжение № 1». Исходное положение — рот полуоткрыт. Исполнение — натяните верхнюю губу на передние зубы, затем медленным, плавным

движением приподнимите ее «на улыбку». Натяните нижнюю губу на нижние зубы, затем медленным, плавным движением оттяните ее вниз. Повторите 5—6 раз.

Упражнение №6(а). «Скольжение № 2». Исходное положение — рот полуоткрыт. Исполнение — одновременно натяните на зубы верхнюю и нижнюю губы, затем плавным, скользящим движением раскройте губы «на улыбку». Повторите 5—6 раз.

Упражнение №7(а). Тренировка языка. Исходное положение — язык укладывается «лоточком» во рту, кончик языка касается нижних зубов, рот раскрыт на два пальца (≈ 3 см), нижняя челюсть абсолютно неподвижна. Исполнение — кончик языка поднимите вверх — к твердому нёбу, потом вправо, влево — в щеку и снова верните в исходное положение. Повторите 4 раза.

Отработка гласных звуков

Упражнения для звуков [У], [jУ]

При произнесении звука [У], губы округлены, вытягиваются вперед и сближаются в виде воронки, расстояние между зубами в один большой палец, язык несколько оттянут назад, корень языка опущен, спинка приподнята; при произнесении буквы Ю [jУ] передняя часть языка поднимается больше, чем при звуке [У].

Упражнение №1. Произнесите перед зеркалом, сначала без голоса, несколько раз звук [У], а потом несколько раз букву Ю [jУ]. Теперь повторите это упражнение вслух.

Упражнение №2. Произнесите медленно и спокойно, не напрягая голоса, слова:

утро, уголь, ус, ум, узы, зуб, лук, суд, узкий, жук;

Юра, юла, юбка, юг, юноша, юнга, Юля, юродивый, юмор.

4. Орфоэпия.

1. В прилагательных с окончанием на УЮ на месте буквы Ю произносится йотированный гласный [У], обозначим его [jУ]: слепую — слеп[jу], прямую — прям[jу], большую — больш[jу].

2. В безударном окончании прилагательных на УЮ на месте буквы У произносится звук [jУ]: старую — стар[jу], добрую — добр[jу], новую — нов[jу].

Примечание. Нередко можно услышать в этой форме на месте безударного [У] редуцированный звук, близкий к [Ы], обозначаемый [Ъ] и тогда произносят эти слова: стар[ъю], добр[ъю], нов[ъю] и т. д. Такое произношение широко распространено во многих говорах, но в литературном языке оно недопустимо, и об этом надо помнить.

3. В прилагательных с окончанием на ЮЮ на месте первой буквы Ю произносится звук [У] с мягкостью предшествующего согласного, вторая буква Ю произносится как йотированный звук [У] и обозначается [jУ]: летнюю — лет[н'уjу], синюю — си[н'уjу].

Примечание. В литературный язык часто проникают широкоупотребительные диалектные формы, в которых на месте первой буквы Ю произносится звук близкий к [И]: си[н'иjу] рубаху, в лет[н'иjу] пору. Такое произношение недопустимо в русском литературном языке.

Упражнения для звуков [Э], [jЭ]

При произнесении звука [Э] рот раскрывается на ширину большого пальца, видны кончики передних верхних и нижних зубов, язык лежит у нижних передних зубов, задняя и средняя часть языка приподнимаются вверх и вперед и касаются коренных зубов; гласная буква Е в русской речи произносится более длительно и более напряженно, чем звук [Э].

Упражнение №1. Произнесите перед зеркалом сначала без голоса несколько раз звук [Э], потом — Е[jЭ]. Повторите упражнение вслух.

Упражнение №2. Произнесите медленно и отчетливо следующие слова:

эхо, этот, экстра, эпос, эра, экстренный;

ель, ел, енот, ехал, Елена, Ева.

Упражнения для звука [А], [jА]

При произнесении звука [А] рот раскрыт в вертикальном направлении настолько, что между зубами можно вставить два пальца, положенные один на другой. Язык лежит плоско, кончик языка не касается нижних передних зубов; при произнесении буквы Я [jА] кончик языка значительно более выдвинут вперед и опирается в нижние зубы.

Упражнение №1. Произнесите перед зеркалом сначала без голоса несколько раз звук [А], потом — Я[jА]. Повторите это упражнение вслух.

Упражнение №2. Произнесите медленно и четко следующие слова:

акт, атака, аист, Анна, мак, бал, рак, старт;

яма, яр, якорь, ягода, ясли, як, яд, ярость.

Пластика и сценическое движение

Напряжение

и

расслабление

Участникам 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, поясницей, шейей.

Перекат

напряжения

Напрячь до предела правую руку. Постепенно расслабляя ее, полностью перевести напряжение на левую руку. Затем, постепенно расслабляя ее, полностью перевести напряжение на левую ногу, правую ногу, поясницу и т.д.

«Огонь»

-

лед»

Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Участники выполняют упражнение стоя в кругу. По команде ведущего "Огонь" участники начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений выбираются каждым участником произвольно. По команде "Лед" участники застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело. Ведущий несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

«Ртуть»

Участники стоят в кругу. Ведущий предлагает участникам представить свое тело в виде механизма, который нуждается в смазке, или в виде сосуда, который должен быть полностью наполнен жидкостью, например ртутью. "Я ввожу ртуть (или масло) в ваш указательный палец. Вы должны заполнить жидкостью все суставы вашего тела. Упражнение выполняйте медленно и сосредоточенно, чтобы ни один участок не остался без смазки.

«Зажимы

по

кругу»

Участники идут по кругу. По команде ведущего напрягают левую руку, левую ногу, правую руку, правую ногу, обе ноги, поясницу, все тело. Напряжение в каждом отдельном случае сначала должно быть слабым, потом постепенно нарастать до предела. В таком состоянии предельного напряжения участники идут несколько секунд (15-20), потом по

команде ведущего сбрасывают напряжение - полностью расслабляют напряженный участок тела.

После окончания этой части упражнения ведущий дает участникам задание прислушаться к ощущениям своего тела, продолжая спокойно идти по кругу, вспомнить "обычное" для себя напряжение (свой обычный зажим). Постепенно напрягая тело в этом месте, довести зажим до предела, сбросить его через 15-20 секунд. Напрячь до предела любой другой участок тела, обращая внимание на то, что происходит с "обычным" зажимом. Повторить упражнение с собственными зажимами 3-5 раз. После окончания упражнения участникам дается рекомендация индивидуально повторять его хотя бы 1-2 раза в день.

Центр

тяжести

Упражнение выполняется всеми участниками. Инструкция: "Попробуйте определить, где у человека центр тяжести. Подвигайтесь, сядьте, встаньте. Найдите центр тяжести тела кошки (т.е. подвигайтесь, как кошка). Где чувствуете центр тяжести? Где центр тяжести тела обезьяны? Петуха? Рыбы? Воробья, прыгающего по земле? Выполняя движения и действия, характерные для этих животных, попробуйте "на себе" все это. Животные и маленькие дети - самый лучший пример отсутствия мышечных зажимов". Далее упражнения идут без нумерации (это так называемые "универсальные" упражнения).

«Растем»

Участники в кругу. Исходное положение - сидя на корточках, голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Ведущий: "Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете постепенно распрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста". Усложняя в будущем упражнение, ведущий может увеличить продолжительность "роста" до 10-20 "стадий". После выполнения этого упражнения полезно сразу же перейти к упражнению "Потянулись - сломались".

«Потянулись

-

сломались»

Исходное положение - стоя, руки и все тело устремлены вверх, пятки от пола не отрывать. Ведущий: "Тянемся, тянемся вверх, выше, выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... А теперь наши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломались в талии, подогнулись колени, упали на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где напряжение? Сбросили его!" Во время выполнения упражнения ведущий должен обратить внимание участников на два следующих момента: показать разницу между выполнением команды "опустите кисти" и "сломались в кистях" (расслабление кистей достигается только во втором случае); 2) когда участники лежат на полу, ведущий должен обойти каждого из них и проверить, полностью ли расслаблено его тело, указать места зажимов.

«Согласованные

действия»

Навыки взаимосвязи и взаимодействия хорошо тренируются упражнениями на парные физические действия. Участникам предлагается выполнить этюды: - пилка дров; - гребля; - перематка ниток; - перетягивание каната и т.д. Сначала эти упражнения представляются довольно простыми. Однако при выполнении их участникам необходимо помнить о согласованности действий и о целесообразности распределения напряжения. Можно предложить включиться в выполнение упражнения и

другим участникам (перетягивание каната, прыгалки, игра в воображаемый мячик и т.д.). Один из вариантов предлагаемых упражнений - "Канатоходец". "Канатоходец" имитирует проход по канату. Он идет по прямой (воображаемой) линии по полу, но "как бы" по канату: скользя и балансируя, ища равновесия. Партнер дует на него со стороны, как бы пытаясь "сдуть" канатоходца с каната. Дует он с расстояния вытянутой руки, но не в лицо, а примерно в грудь. Цель канатоходца - удержаться, несмотря на препятствие.

«МУРАВЬИ»

Умение ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.

По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми и стараясь все время заполнять свободное пространство.

«ПАЛЬМА»

Напряжение и расслабление попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах. «Выросла пальма большая-пребольшая»: правую руку вытянуть вверх, потянуться за рукой, посмотреть на руку.

«Завяли листочки»: уронить кисть. «Ветви»: уронить руку от локтя. «И вся пальма»: уронить руку вниз. Упражнение повторить левой рукой.

«НАСОС И НАДУВНАЯ КУКЛА»

Напряжение и расслабление мышц. Взаимодействие с партнером, тренировка трех видов выдыхания, артикулировать звуки «с» и «ш»; действие с воображаемым предметом.

Дети распределяются на пары. Один ребенок - надувная кукла, из которой выпущен воздух, он сидит на корточках, все мышцы расслаблены, руки и голова опущены; второй - «накачивает» воздух в куклу с помощью насоса; наклоняясь вперед, при каждом нажатии на «рычаг», он выдыхает воздух со звуком «с-с-с-с» (второй вид выдыхания), при вдохе - выпрямляется. Кукла, «наполняясь воздухом», медленно поднимается и выпрямляется, руки

раскинуты вверх и немного в стороны. Затем куклу сдувают, вытаскивают пробку, воздух выходит со звуком «ш-ш-ш-ш» (первый вид выдыхания), ребенок опускается на корточки, вновь расслабляя все мышцы. Затем дети меняются ролями. Можно предложить надуть куклу быстро, подключая третий вид дыхания: «С! С! С! С!».

«СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА»

Напряжение и расслабление поочередно мышцы всего тела, координирование движения.

Сначала педагог, в дальнейшем - ребенок превращается в «Снежную королеву» и начинает постепенно «замораживать» всех детей: называет при этом определенные части тела (правая рука, левая рука, левая нога, правая нога, корпус, голова), соответствующие мышцы напрягаются. Дети превращаются в ледяную скульптуру, которая начинает медленно таять под лучами солнца. (Расслабляются шея, руки, корпус, ноги), дети сначала опускаются на корточки, затем полностью расслабляются и ложатся на пол.

Жесты.

СОГЛАСИЕ. Кивнуть головой один или два раза (утверждающий). **НЕСОГЛАСИЕ.** Покачать головой из стороны в сторону (отрицающий).

ПРОСЬБА. Рука вытянута вперед с повернутой вверх ладонью. Тяжесть тела переносится на переднюю часть стоп. Шея и корпус направлены вперед.

ОТКАЗ. Рука вытянута вперед с вертикально поставленной кистью. Ладонь повернута «от себя», корпус наклонен назад, голова повернута в сторону.

ПЛАЧ. Закрывает лицо руками, наклонить голову вперед вниз, приподнять плечи, плечи вздрагивают. **ЛАСКА.** Поглаживать по плечу мягко, нежно, заглядывая в глаза,

Клич. Ладонь прикладывается «рупором» к приоткрытому рту, корпус подается в сторону посылаемого «звука».

ПРИВЕТСТВИЕ. Правая рука поднята вверх, маховые движения кистью из стороны в сторону.

ПРОЩАНИЕ. Глаза устремлены на уходящего, корпус наклонен вперед, плавные маховые движения кистью поднятой правой руки.

ПРИГЛАШЕНИЕ. Правая рука отводится в сторону, ладонь раскрывается, голова поворачивается за рукой.

БЛАГОДАРНОСТЬ. Сложенные вместе ладони прижаты к груди, локти расставлены в стороны, голова наклонена вперед.

НЕГОДОВАНИЕ. Возмущение: «Да что же это такое!».

НЕ ЗНАЮ. Приподнять плечи, руки слегка разведены, ладони раскрыты. Жестом можно также передать восхищение и удивление, он может быть отстраняющим и повелевающим. С его помощью можно предложить детям охарактеризовать предмет по размеру и форме.

«Палитра эмоций»

Выберите какую-нибудь одну фразу и произнесите её несколько раз, вкладывая в неё различные эмоции. Например, такие:

1. Грустный
2. Равнодушный
3. Сердитый
4. Восхищённый
5. Сексуальный
6. Испуганный
7. Винаватый
8. Уверенный
9. Скучающий
10. Грустный

Ваш партнер или несколько человек, которые будут вас слушать, должны почувствовать и понять, какую именно эмоцию вы передаете в том или ином случае, и записать свои ощущения, как они их почувствовали. Например, вы воспроизводили эмоции в порядке, указанном выше, а у ассистента получилось так:

1. Грустный
2. Испуганный
3. Восхищённый и т.д.

А теперь сравните оба списка и определите, какие эмоции вам не даются (какие эмоции вы воспроизводите неправильно или вообще не можете передать).

Изменив порядок следования эмоций, можно проделать это упражнение несколько раз.

«Художник»

Возьмите на себя роль художника и пригласите помощника, который будет играть роль подмастерья (или другого художника).

В течение трех минут (ни больше, но и не меньше - помощник засекает время) внимательно рассматривайте того, кого вы собираетесь "рисовать", а потом отворачивайтесь и описывайте его словесный портрет, который помощник сличает с оригиналом.

«Тень»

Ваш помощник играет роль путешественника, который идет по тропинке через поле (через горы, плывет по морю), а вы - его тень, и должны в точности повторить все действия путешественника, который то сорвет цветок на обочине, то нагнется за красивым камушком, то поскачет на одной ноге, то остановится и посмотрит вдаль из-под руки, а то и карабкается ползком по скалам.

"Заколдованный мальчик".

Представьте себе, что вас заколдовали и вы не можете говорить. Пусть ваши домашние позадают вам побольше вопросов, а вы отвечайте на них жестами, показывая на различные предметы и указывая направления: там, здесь, вверху, внизу...

А теперь задумайте некое слово и запишите его на бумажке, но никому не сообщайте, и постарайтесь объяснить его окружающим с помощью жестов и мимики. Окружающие могут высказывать вслух предположения, а вы можете показывать им, правильно ли они поняли или как-то корректировать их предположения, но не произнося слов.

Первоначально вы можете выбирать относительно простые слова типа "снег", "салют", "капуста", "лампочка" и т.п., но постепенно переходите к более сложным - "аксиома", "библиография", "гипотенуза" и др.

«Уходи!»

Отталкивайте руками обидчика, почувствуйте желание прогнать этого человека. Кисти рук надо держать вертикально, ладонями наружу.

«Я не знаю!»

Пусть окружающие задают вам вопросы, в том числе и самые простейшие, а ваша задача изображать из себя незнайку, который только пожимает плечами да разводит руками: «Не знаю», «Не имею понятия», «Ничего не видел». Движения должны быть выразительными - приподняты брови, опущены уголки рта, приподняты на миг плечи, руки слегка разводятся, ладони раскрыты.

Почувствуйте себя незнающим человеком!

«Собака принюхивается»

Вы - охотничья собака, которая, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши наострились, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

Аналогичным образом можно придумать этюды, соблюдая соответствующие жесты и мимику. Например:

- этюд на выражение удивления (рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты, глаза округлены);

- этюд на выражение печали (брови приподняты и сдвинуты, глаза прищурены, плечи опущены, туловище согнуто, живот втянут, руки прижаты к животу);

- этюд на выражение отвращения (голова наклонена назад, брови нахмурены, глаза сощурены, верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен);

- этюд на выражение страха (голова откинута назад и втянута в плечи, брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт словно для восклицания, ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище);

- этюд на выражение отчаяния (голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх и сдвигаются, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую);

- этюд на выражение стыда (голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты, ноги прямые, пятки сдвинуты, руки висят вдоль тела, брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены) и другие.

Основы импровизации.

Упражнения на «память физических действий» (ПФД). Ученик выполняет манипуляции с воображаемыми предметами, т. е. действует точно так, как бы он действовал с реальными предметами. Учитываются точность направления взгляда и внимания, характер мускульной работы рук, пальцев, корпуса, ног, спины, шеи и т. д.

Упражнения на ПФД должны занимать в работе с классом достаточно большое место. Смысл всех упражнений в воплощении правильного (как в реальности) распределения внимания и мускульных напряжений при действии с предметами («Где глаза?») (куда направлен взгляд— внимание), «Какая мускулатура работает?» (пальцы, пресс, ноги и т. д. Обобщение и (заботе мускулатуры и внимания выводит упражнения из сферы актерского тренажа в сферу пантомимы. Дети сами выбирают предметы и действия, которые они могут выполнить по памяти (открыть сумку, одеть куклу, завести машину-игрушку, забить гвозди и т. п.). Или упражнение выполняется всем классом с одним предметом: щеткой шваброй, платком, стулом, графином, портфелем. Затем отрабатывается с каждым отдельно выбранное учеником действие, причем важно, чтобы всегда была возможность и его реального выполнения. Только по действию с реальным предметом педагог и ученики могут проверить верность выполнения упражнения и дать советы.

В выборе самих дел динамика такова: от памяти работы пальцев или всего корпуса — к сложному переключению мускульных напряжений во всех частях тела; от прямолинейного простого внимания'—к его переключению.

'Театральный смысл упражнений на ПФД состоит в фиксации в сознании ученика факта тонких особенностей действий, их зависимости от особенностей человека и особенностей предмета. Способность к театральному искусству проявляется в рождении иллюзии, в возникновении на пустом месте достоверности и правды не только движений, но и чувства.

(«Где мы были, мы не скажем, а что делали — покажем» — традиционная детская игра, а по существу—групповое упражнение на память физических действий. Чтобы эта игра носила характер учебно-тренировочной по театральному искусству, нужно оговорить требования к достоверности, убедительности, похожести, узнаваемости, скрупулезности, точности действий, чувств, диалогов, атмосферы. Всем этим требованиям, разумеется, игра не удовлетворит, но акцентировка их подведет детей к выполнению театрального этюда.

«Одно и то же по-разному»

Предлагается по-разному поднимать руку, сидеть, идти. Например, поднять руку, когда хочешь, чтобы тебя вызвали, и когда не хочешь; сидеть у телевизора, у шахматной доски, на уроке, на концерте, в автобусе, самолете. В задании сначала задается «дело» — ходить, сидеть, размахивать руками, слушать, командовать и, т. п. Само задание может выполняться в нескольких вариантах одним человеком, а их множество возникает, как сумма разных исполнений. Игра по одному варианту, но без повтора того, что сыграл предыдущий, легче и поначалу хорошо активизирует воображение в области поведения. Но при повторении аналогичных заданий она становится слишком легкой, если не подчеркивать особые, неожиданные, но достоверные решения поставленной задачи. Поэтому либо через полгода, либо через год необходимо переходить к требованию, чтобы один исполнитель давал сам 2 — 3 — 4 варианта выполнения «дела» и чтобы наборы эти не повторялись у разных исполнителей.

При выполнении упражнений необходимо следить за «по правдивостью» работы каждого, постоянно обращаться к речевому о том, как поняли зрители, что и по каким причинам было не понято или понято не всеми. Постоянно обращаться к достоверной ощутимости выполненных действий.

Обсуждение увиденного и фантазирование — две полезные формы работы в театральном-творческом и общем воспитании детей. Увидели, как «человек идет», и определили все связанные с увиденным «предлагаемые обстоятельства».

«Превращение предмета»

Если стул превращают в мотор автобуса, то другие ученики могут «стать» пассажирами, кондуктором, помощником слесаря, «товарищами шофера и т. п. Когда зрители догадываются о содержании, месте и времени «превращения», каждый из них может выдумать роль, и дело для себя, но такое, чтобы «превращение», заданное первым исполнителем, стало более полным и выразительным. Каждый в классе может стать помощником. Работу помощников следует оценивать: хорошо работает такой помощник, который, во-первых, не мешает главному исполнителю, во-вторых, нашел себе неожиданное дело, в-третьих, выполнил его «по правде», в-четвертых, его работа помогла и расширила эффект исполнения.

«Превратился сам»

Группе учеников (3 — 7 человек) предлагается «превратиться» в кусты, деревья, цветы, игрушки, инструменты, овощи, ягоды, фрукты, хлеб и т. д. Задание можно давать в форме: «Мы входим в (пауза, собирается внимание)... спортивный магазин. Раз ... Два ... Три». После команды «три» каждый из группы изображает предмет, меняет свою позу так, чтобы тело напоминало задуманный предмет. В этом упражнении тренируются смелость, фантазия, изобретательность. Ученик «коррежирует» свое расположение в пространстве, как бы влезая в кожу заданного предмета. Например, чтобы изобразить гриб сморчок, мальчик садится на корточки, сжимается, вытягивается и делает мятое лицо-гримасу. Упражнение удобно для начала занятий, усложняется по линии более сложных слов-заданий.

«Оправдание позы»

Участники ходят по кругу. По хлопку ведущего каждый должен бросить свое тело в неожиданную для себя позу. Для каждой позы должно быть подобрано объяснение.

"Представьте себе, что вы совершали какое-то осмысленное действие... По команде "Отомри" продолжайте это действие. Мы должны понять, что вы делаете. Постарайтесь не придумывать банальных оправданий, которыми можно объяснить любую позу. Ищите действия, соответствующие именно тому положению вашего тела, в котором вы замерли, только ему и никакому другому."

«Скульптор и глина»

Участники разбиваются на пары. Один из них - скульптор, другой - глина. Скульптор должен придать глине форму (позу), какую захочет. "Глина" податлива, расслаблена, "принимает" форму, какую ей придает скульптор. Законченная скульптура застывает. Скульптор дает ей название. Затем "скульптор" и "глина" меняются местами. Участникам не разрешается переговариваться.

«Групповая скульптура»

Каждый участник одновременно и скульптор и глина. Он находит свое место в соответствии с общей атмосферой и содержанием композиции. Вся работа происходит в полном молчании. В центр комнаты выходит первый участник (это может быть любой желающий или назначенный ведущим человек) и принимает какую-то позу. Затем к нему пристраивается второй, третий пристраивается уже к общей для первых двух участников композиции. Выполняя это упражнение, необходимо: 1) действовать в довольно быстром темпе, 2) следить, чтобы получающиеся композиции не были бессмысленной мозаикой изолированных друг от друга фигур. Вариант: "застывшая" скульптура может "ожить".