

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
АНАШЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 1

РАССМОТРЕНО  
педагогическим советом МБОУ  
Анашенской СОШ №1  
Протокол от «26» июня 2022 №1

УТВЕРЖДАЮ  
директор  
МБОУ Анашенской СОШ №1  
\_\_\_\_\_ В.Н.Горина  
Приказ от «27» июня 2022 № 227

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
студия театральных миниатюр «Дебют»  
Художественная направленность  
Стартовый уровень  
Возраст учащихся 7-12 лет  
Срок реализации программы 1 год

Составитель:  
педагог дополнительного  
образования  
Нагорных Ольга Сергеевна

Анаш  
2022

## **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик Программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа студия театральных миниатюр «Дебют» (далее – Программа) разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, разработанные региональным модельным центром дополнительного образования детей Красноярского края, 2021 год;

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (редакция от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.08.2020);

- Устава МБОУ Анашенской СОШ №1.

**Направленность Программы** – художественная. Учащиеся изучают основы театрального искусства: историю и виды театра, технику и культуру речи, ритмопластику, сценические действия и театральные игры.

Программа ориентирована на развитие общей и эстетической культуры учащихся, художественных способностей и склонностей, носит ярко выраженный креативный характер, предусматривая возможность творческого самовыражения, творческой импровизации.

**Новизна и актуальность**

**Новизна Программы.** Программа новая и впервые реализуется в МБОУ Анашенская СОШ №1 с опорой на самостоятельное творчество учащихся. Программа предусматривает учет индивидуальных особенностей, возможностей и способностей каждого учащегося. Новизна образовательной программы «Театральное искусство» состоит в системном и комплексном подходе к театральному образованию учащихся через использование методов театральной педагогики и инновационных образовательных технологий: личностно-ориентированного подхода, применением игровых и здоровьесберегающих технологий.

**Актуальность** Программы определяется запросом со стороны детей и родителей (законных представителей) на программу по театральному творчеству.

В настоящее время особое внимание уделяется развитию театрального творчества детей школьного возраста. На расширенном совещании с участием администрации Президента РФ в декабре 2021 года было принято решение о создании в каждой школе школьного театра в субъектах РФ. Театрализованная деятельность способствует преодолению психологических барьеров, приобретению социального опыта взаимодействия с окружающими.

Данная Программа способствует саморазвитию личности ребенка, обогащает его духовный и нравственный мир, формирует активную жизненную позицию. На занятиях ребята получают возможность познакомиться с основами актерского мастерства, примут участие в подготовке театральных постановок, показе спектаклей.

Учащиеся Программы будут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различных уровней.

**Отличительные особенности.** Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения. Данная дополнительная общеобразовательная программа дает возможность каждому учащемуся с разными способностями реализовать себя как в массовой постановочной работе, так и в сольном исполнении, выбрать самому из предложенного материала роль, элементы костюма, музыкальное сопровождение. Процесс обучения основан на игровой форме, где заразительность, увлеченность, позволит учащимся освободиться от комплексов, зажимов и постепенно подведет к главному в театре – лицедейству, выработает у учащихся чувство коллективизма и ответственности перед собой и друг другом за общее дело, за результат совместной деятельности.

**Адресат программы**

**Категория детей:** дети младшего школьного возраста, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья, желающие заниматься

театральной деятельностью. В Программе могут заниматься как мальчики, так и девочки.

**Возраст детей:** 7 - 12 лет.

**Наполняемость группы:** 1 группа из 10 человек, минимальное количество детей -8, максимальное -10 человек.

**Предполагаемый состав групп:** разновозрастной.

**Условия приема детей:** система набора детей на обучение по Программе осуществляется без предварительного отбора. В Программе могут заниматься все желающие.

**Срок реализации программы и объем учебных часов:**

1 год обучения: 70 часов, 2 раза в неделю по 1 часу

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:** занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу, продолжительность занятия 50 минут, перемена 10 минут.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы: участие в показе спектаклей, концертов, конкурсно-игровых программ; участие в районных конкурсах и фестивалях.

## **1.2. Цели и задачи**

**Цель Программы:** развитие творческих способностей детей через участие в демонстрации этюдов, инсценировок, миниатюр, спектаклей.

**Задачи**

**Предметные:**

- познакомить учащихся с историей театрального искусства, видами и жанрами театрального искусства, театральными профессиями;
- познакомить с основными театральными терминами;
- формировать навыки актерского мастерства;
- развивать игровые навыки и творческую самостоятельность через театрализованные игры;
- научить создавать образ героя;
- научить процессу работы над сценическими постановками (этюдами, инсценировками, миниатюрами).

**Метапредметные:**

- развивать устойчивый интерес детей к театральной деятельности;
- развивать навыки самостоятельной и коллективной работы.

**Личностные:**

- формировать коммуникативную культуру, внимание и уважение к людям, терпимость к мнению других участников, умение работать в группе

### 1.3 Содержание Программы Учебный план

Таблица 1

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие Инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос, игра
2.	Основы театральной культуры.	4	2	2	Викторина, творческое задание
3.	Ритмопластика.	8	2	6	Контрольные упражнения, творческие задания
4.	Культура и техника речи.	10	2	8	Речевые упражнения, наблюдение
5.	Актерское мастерство.	12	2	10	Наблюдение, этюд.
6.	Работа над спектаклем.	16	2	14	Наблюдение, показ спектакля
7.	Подготовка к участию в конкурсах, фестивалях.	14	0	14	Участие в конкурсах, фестивалях
8.	Промежуточная аттестация.	2	0	2	Наблюдение, театральная постановка
9.	Итоговая аттестация.	2	0	2	Наблюдение, театральная постановка
	Итого	70	11	59	

## Содержание учебного плана

### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ (2 ч).**

*Теория (1ч.):* Знакомство с планом и содержанием программы. Инструктаж по ТБ.

*Практика (1ч.):* ролевые игры

*Формы контроля:* опрос, игра

### **Тема 2. Основы театральной культуры (4 ч).**

*Теория (2ч.):* Знакомство с видами театров. Правила поведения в театре. Основные понятия: театр, театральное искусство, театральная программа, афиша. Профессии в театре.

*Практика (2ч.):* ролевые игры по правилам поведения в театре, изготавливаем и учимся читать афишу.

*Формы контроля:* викторина, творческое задание

### **Тема 3. Ритмопластика ( 8 ч.).**

*Теория (2ч.):* Пластическая выразительность. Музыка и движение. Темп и ритм.

*Практика (6ч):* Ритмопластический тренинг. Эмоциональное восприятие музыки через пластику тела. Пластические импровизации на музыкальную тему. Пластические импровизации на смену настроения. Пластические импровизации на передачу образа животных.

*Формы контроля:* контрольные упражнения, творческие задания.

### **Тема 4. Культура и техника речи ( 10 ч).**

*Теория (2ч) :* Строение речевого аппарата. Дыхание и голос. Постановка дыхания. Артикуляция и дикция. Звукоряд. Гласные, согласные. Свойства голоса. Тон. Тембр. Интонация. Расширение диапазона и силы голоса.

*Практика (8ч):* Выполнение дыхательных и артикуляционных упражнений. Дикционные упражнения. Чтение текстов с интонацией. Творческие игры со словом.

*Формы контроля:* речевые упражнения, наблюдение

### **Тема 5. Актерское мастерство (12 ч)**

*Теория (2ч.):* Действие - язык театрального искусства. Целенаправленность и логика действия. Связь предлагаемых обстоятельств с поведением.

*Практика (10 ч).* Актерский тренинг. Работа над созданием образа персонажей. Характер, речь персонажа, походка. Костюм и грим. Общеразвивающие и театральные игры и упражнения. Упражнения и этюды.

*Формы контроля:* наблюдение, этюд.

### **Тема 6. Работа над спектаклем. (16 ч)**

*Теория (2 ч):* Чтение и анализ пьесы. Обсуждение алгоритма работы над спектаклем.

*Практика (14 ч):* Работа над созданием образа, выразительностью и характером персонажа. Поиск выразительных средств и приемов. Выбор музыкального оформления. Репетиции как творческий процесс и коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств.

*Формы контроля:* наблюдение, показ спектакля

### **Тема 7. Подготовка к участию в конкурсах, фестивалях ( 14 ч).**

*Практика (14 ч):* коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств.

*Формы контроля:* участие в конкурсах, фестивалях

#### **Тема 7. Промежуточная аттестация (2ч)**

*Практика (2 ч):* Репетиции и показ театральной постановки.

*Формы контроля:* Наблюдение, театральная постановка

#### **Тема 8. Итоговая аттестация (2ч)**

*Практика (2 ч):* Репетиции и показ театральной постановки.

*Формы контроля:* Наблюдение, театральная постановка

### **1.4. Планируемые результаты.**

#### **Предметные:**

- узнают виды и жанры театрального искусства, театральные профессии;

- познакомятся с основными театральными терминами;

- будут сформированы навыки актерского мастерства;

- научатся творческой самостоятельности через театрализованные игры;

- научить создавать образ героя;

- научить процессу работы над сценическими постановками (этюдами, инсценировками, миниатюрами).

#### **Метапредметные:**

- развивается интерес детей к театральной деятельности;

- развитие навыков самостоятельной работы.

#### **Личностные:**

- развивается интерес к театральному творчеству.

## Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1	1	01.09.2022	31.05.2023	35	70	70	2 раза в неделю по 1 часу	15.12.2022-25.01.2023 15.05.2023-25.05.2023

### 2.2. Условия реализации Программы

#### Материально-технические условия:

- учебный кабинет: площадь 36 кв.м. Помещение, в котором проводятся занятия, соответствуют санитарно- гигиеническим требованиям. До начала занятий и после их окончания осуществляется сквозное проветривание помещения.

- актовый зал (сцена);
- оборудование: ноутбук, экран, проектор;
- расходный материал: офисная бумага, карандаши;
- электронные ресурсы.

**Информационное обеспечение:** учебно-методическая литература, инструкции по технике безопасности, видео театры России.

«Международный образовательный портал МААМ» [Электронный ресурс]  
URL: <https://www.maam.ru/>

Ганелин Е.Р. Программа обучения детей основам сценического искусства «Школьный театр». [http://www.teatrbaby.ru/metod\\_metodika.htm](http://www.teatrbaby.ru/metod_metodika.htm)

Сборник детских скороговорок. <http://littlehuman.ru/393/>

Строганова Л.Н. Программа Драматического кружка «Сказка» <http://zelina14.ucoz.ru/index/0-10>

Сценарии Олеси Емельяновой <http://www.olesya-emelyanova.ru>

Домовенок. <http://domovenok-as.ru>

Ваше чудо. <http://vashechudo.ru>

**Кадровое обеспечение Программы:** Программа реализуется педагогом дополнительного образования художественной направленности Нагорных Ольгой Сергеевной.

Образование: высшее КГПУ им. В.П.Астафьева, 2010 год, учитель начальных классов, русского языка и литературы.



### 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** протокол промежуточной и итоговой аттестации, карта отслеживания результатов, журнал учета работы педагога дополнительного образования.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** опрос, практическая работа, творческая работа.

**Оценочные материалы:**

- **входной контроль** – проводится в начале года для оценки уровня образовательных возможностей детей в форме: опрос, практическое задание;

- **текущий контроль** проводится в течение года в форме: наблюдение, практическая работа;

- **промежуточный контроль** проводится в середине года в форме: наблюдение, самостоятельная творческая работа;

- **итоговый контроль** проводится в конце года в форме: наблюдение, творческая работа.

**Уровни освоения содержания программы**

**Высокий уровень:** ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

**Средний уровень:** ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью педагога все предложенные задания

**Низкий уровень:** ребенок не может выполнить все предложенные задания, только с помощью педагога выполняет некоторые предложенные задания.

### 2.4. Методические материалы

**Особенности организации образовательного процесса:** очно.

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный; и воспитания: метод примера, педагогическое требование, создание воспитательных ситуаций, соревнование, поощрение, анализ результатов.

**Формы организации образовательного процесса:** индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая.

**Формы организации учебного занятия:** ознакомительное занятие, практическое занятие, комбинированное занятие.

**Педагогические технологии:** личностно-ориентированный подход, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

**Алгоритм учебного занятия:**

- организационная часть;

- определение и разъяснение целей занятия;

- установление связи с ранее изученным материалом;

- инструктаж и самостоятельное выполнение учащимися практических занятий;

- оценка результатов выполненных заданий;

- подведение итогов.

**Дидактические материалы:** раздаточные материалы, инструкционные и технологические карты, задания, иллюстрации, фото- видеоматериалы по темам.

## 2.5. Список литературы

### Список литературы, рекомендованный педагогам

1. Агапова И.А. Школьный театр. Создание, организация, пьесы для постановок: 5-11 классы. – М.: ВАКО, 2006. – 272 с.
2. Белинская Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников. – СПб.: Речь, 2006. – 125 с.
3. Богданов Г.Ф. Работа над музыкально-танцевальной формой хореографического произведения: Учебно-методическое пособие. Вып. 1. - М.: ВЦХТ (“Я вхожу в мир искусств”), 2008. - 144с.
4. Бодраченко И.В. Театрализованные музыкальные представления для детей дошкольного возраста
5. Буяльский Б.А. Искусство выразительного чтения. М.: Просвещение, 1986. – 176 с.
6. Вечканова И.Г. Театрализованные игры в абилитации дошкольников: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2006. – 144 с.
7. Генералова И.А. Театр. Пособие для дополнительного образования. 2, 3,4 класс. – М.: Баласс, 2004. – 48 с.
8. Горбушина Л.А., Николаичева А.П. Выразительное чтение / Учеб. Пособие. – М.: Просвещение. – 1978. – 176 с.
9. Губанова Н.Ф. Театрализованная деятельность дошкольников. Методические рекомендации, конспекты занятий, сценарии игр и спектаклей. – М.: ВАКО, 2007. – 256 с.
10. Гурков А.Н. Школьный театр.- Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 320 с.
11. Дополнительное образование //Научно-методический журнал, 2001-2009 гг
12. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Т.М. Грабенко. Игры в сказкотерапии. - Спб., Речь, 2006. – 208 с.
13. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Развивающая сказкотерапия. - СПб.: Речь, 2006. – 168 с.
14. Каришнев-Лубоцкий М.А. Театрализованные представления для детей школьного возраста. - М.: Гуманитар.изд. центр ВЛАДОС, 2005. – 280 с.
15. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияния на людей: Пер. с англ. – М.: Литература, 1998. – 816 с.
16. Колчеев Ю.В., Колчеева Н.М. Театрализованные игры в школе. – М.: Школьная пресса.. – 2000. – 96 с.
17. Котельникова Е. А. Биомеханика хореографических упражнений. - М.: ВЦХТ (“Я вхожу в мир искусств”), 2008. – 128 с.
18. Ладыженская Т.А. Школьная риторика: 4,5,6 класс: Учебное пособие/ Т.А. Ладыженская. - М.: Издательский Дом «С-инфо»; Издательство «Баласс», 2003. – 160 с.
19. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о цветах и деревьях. – М.: Сфера. – 1998. – 576 с.
20. Мастерская чувств (Предмет «Театр» в начальной школе). Методическое пособие. - М.: ГОУДОД ФЦРСДОД, ч. 1,2. - 2006. – 56 с.
21. Нестерина Е.С. Шоколад Южного полюса: Пьесы. - М.: ВЦХТ (“Репертуар для детских и юношеских театров”), 2008. – 160 с.

22. Основы актерского мастерства по методике З.Я. Корогодского. - М.: ВЦХТ ( "Я вхожу в мир искусств"), 2008. - 192 с.
23. Першин М.С. Пьесы-сказки для театра. - М.: ВЦХТ ( "Репертуар для детских и юношеских театров"), 2008. - 160 с.
24. Погосова Н.М. Погружение в сказку. Кооррекционно-развивающая программа для детей. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. - 208 с.
25. Попов П.Г. Жанровое решение спектакля. - М.: ВЦХТ ( "Я вхожу в мир искусств"), 2008. - 144 с.
26. Пушкин С.И. Детский фольклорный театр: Пьесы с нотным приложением. - М.: ВЦХТ ( "Я вхожу в мир искусства"), 2008. - 144 с.
27. Рылеева Е.В. Вместе веселее! - Игры и рабочие материалы - М.: ЛИНКА-ПРЕСС.- 2000. - 144с.
28. Сакович Н.А. Практика сказкотерапии. - СПб.: Речь, 2007. - 224 с.
29. Сальникова Н. Работа с детьми: школа доверия. - СПб.: Питер. - 2003.
30. Скурлат Г.К. Детский психологический театр: развивающая работа с детьми и подростками. - СПб.: Речь, 2007. - 144 с.
31. Скрипник И.С. Театр теней. - М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005. - 221 с.
32. Танникова Е.Б. Формирование речевого творчества дошкольников ( обучение сочинению сказок). - М. : ТЦ Сфера, 2008. - 96 с.
33. Ткачева Е.М. Пьесы. - М.: ВЦХТ ( "Репертуар для детских и юношеских театров"), 2008. - 176 с.
34. Холл Д. Учимся танцевать. - М.: АСТ: Астрель, 2009. - 184 с.
35. Чурилова Э.Г. Методика и организация театральной деятельности : Программа и репертуар. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004. - 160 с.
36. Шорохова О.А. Играем в сказку: Сказкотерапия и занятия по развитию связной речи дошкольников. - М.: ТЦ Сфера, 2007. - 208с.
37. Янсюкевич В.И. Репертуар для школьного театра: Пособие для педагогов. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. - 240с.
38. Я познаю мир: Театр: Дет. энцикл./ И.А. Андриянова-Голицина. - М.: ООО «Издательство АСТ». -2002. - 445с.

#### **Список литературы, рекомендованный родителям:**

1. Колчеев Ю.В., Колчеева Н.М. Театрализованные игры в школе. - М.: Школьная пресса.. - 2000. - 96 с.
2. Монакова Н.И. Путешествие с Гномом. Развитие эмоциональной сферы дошкольников. - СПб.: Речь, 2008. - 128 с.
3. Погосова Н.М. Погружение в сказку. Кооррекционно-развивающая программа для детей. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. - 208 с.
4. Субботина Л.Ю. Детские фантазии: Развитие воображения у детей. - Екатеринбург: У-Фактория, 2006. - 192 с.
5. Скрипник И.С. Театр теней. - М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005. - 221 с.
6. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о цветах и деревьях. - М.: Сфера. - 1998. - 576 с.

#### **Список литературы, рекомендованный учащимся:**

1. Андриянова-Голицина И.А., Я познаю мир: Театр: Дет. энцикл./ - М.: ООО «Издательство АСТ». -2002. - 445с.

2. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика. Упражнения для детей 5-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2008. – 96 с.
3. Генералова И.А. Театр. Пособие для дополнительного образования. 2, 3,4 класс. – М.: Баласс, 2004. – 48 с.
4. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияния на людей: Пер. с англ. – М.: Литература, 1998. – 816 с.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Анашенская средняя общеобразовательная школа №1

**Рабочая программа**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программе «студия театральных миниатюр «Дебют»**  
Направленность: художественная  
Уровень: стартовый

Форма реализации  
программы – очная

Педагог дополнительного  
образования:  
Нагорных Ольга Сергеевна

Согласовано  
Заместитель директора  
по ВР

Ю.Г.Кузьмина  
от 01.09.2022 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ  
Анашенская средняя  
общеобразовательная школа  
№1

В.Н. Горина  
от 01.09.2022 г.

Календарно-тематическое планирование  
Номер группы – 1 группа  
Возраст учащихся – 7-12 лет

Дата проведения	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Планируемые результаты	Форма контроля/ аттестации
03.10	14.00-15.00	1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	Комбинированное занятие	Познакомятся с техникой безопасности, знают правила поведения на занятиях.	Опрос, игра
07.10	14.00-15.00	1	Рольевые игры на знакомство. Проведение диагностики (Выявления артистических способностей у детей строится на основе экспертных оценок Лосева А.А.)	Комбинированное занятие	Участвуют в ролевых играх	Опрос, игра
<b>Основы театральной культуры 4 часа</b>						
10.10	14.00-15.00	1	Знакомство с видами театров.	Комбинированное занятие	Познакомятся с историей театра, видами театров.	Викторина, творческое задание
14.10	14.00-15.00	1	Театр снаружи и внутри	Комбинированное занятие	Познакомятся с понятиями «балкон», «ложе», «закулисье», «сцена», «партер», театральная программа, афиша. Изготовят и научатся «читать» афишу	Викторина, творческое задание

17.10	14.00-15.00	1	Зритель в театре.	Комбинированное занятие	Познакомятся с правилами поведения в театре. Ролевые игры по правилам поведения в театре	Викторина, творческое задание
21.10	14.00-15.00	1	Театральные профессии	Комбинированное занятие	Познакомятся с театральными и профессиями (актёр, режиссёр, художник, костюмер, гримёр, осветитель...).	Викторина, творческое задание
<b>Ритмопластика 8 часов</b>						
24.10	14.00-15.00	1	Упражнения на перестроение	Комбинированное занятие	Научатся координировать движения, ориентироваться в пространстве	Контрольные упражнения, творческие задания.
28.10	14.00-15.00	1	Музыка и движение	Комбинированное занятие	Научатся согласовывать движения с музыкой	Контрольные упражнения, творческие задания.
01.11	14.00-15.00	1	Темп и ритм	Комбинированное занятие	Научатся выдерживать музыкально – ритмические движения в построении различных фигур	Контрольные упражнения, творческие задания.
02.12	14.00-15.00	1	Пластические импровизации на музыкальную тему.	Комбинированное занятие	Научатся согласовывать движения с музыкой	Контрольные упражнения, творческие задания.
05.12	14.00-15.00	1	Пластические импровизации на музыкальную тему.	Комбинированное занятие	Научатся согласовывать движения с музыкой	Контрольные упражнения, творческие задания.
09.12	14.00-15.00	1	Пластические импровизации на смену настроения.	Комбинированное занятие	Научатся передавать	Контрольные упражнения

					видоизменения внешнего облика персонажа (оживление, увядание и т п)	я, творческие задания.
12.12	14.00-15.00	1	Пластические импровизации на смену настроения.	Комбинированное занятие	Научатся выполнять имитационные движения, передавать образ	Контрольные упражнения, творческие задания.
16.12	14.00-15.00	1	Пластические импровизации на передачу образа животных.	Комбинированное занятие	Научатся выполнять имитационные движения, передавать образ	Контрольные упражнения, творческие задания.
<b>Культура и техника речи 10 часов</b>						
19.12	14.00-15.00	1	Строение речевого аппарата. Упражнения по фонационному дыханию.	Комбинированное занятие	Научатся фонационному дыханию, правильной артикуляции, четкой дикции, разнообразной интонации	Речевые упражнения, наблюдение
23.12	14.00-15.00	1	Подготовка речевого аппарата (артикуляционная гимнастика). Игровые тренинги.	Комбинированное занятие	Научатся фонационному дыханию, правильной артикуляции	Речевые упражнения, наблюдение
26.12	14.00-15.00	1	Постановка голоса. Звуковые упражнения.	Комбинированное занятие	Научатся правильной артикуляции, четкой дикции	Речевые упражнения, наблюдение
09.01	14.00-15.00	1	Постановка голоса. Посыл звука.	Комбинированное занятие	Научатся правильной артикуляции, четкой дикции	Речевые упражнения, наблюдение
13.01	14.00-15.00	1	Правильная дикция и артикуляция. Упражнения со скороговорками.	Комбинированное занятие	Научатся правильной артикуляции, четкой дикции	Речевые упражнения, наблюдение
16.01	14.00-15.00	1	Правильная дикция и артикуляция. Упражнения со	Комбинированное занятие	Научатся правильной артикуляции,	Речевые упражнения,



			скороговорками.		четкой дикции	наблюдени е
20.01	14.00- 15.00	1	Словесное действие(скороговороки с заданным действием).	Комбинированное занятие	Научатся пользоваться интонациями, выражающими основные чувства	Речевые упражнения, наблюдени е
23.01	14.00- 15.00	1	Словесное действие(скороговороки с заданным действием).	Комбинированное занятие	Научатся пользоваться интонациями, выражающими основные чувства	Речевые упражнения, наблюдени е
27.01	14.00- 15.00	1	Работа с текстом. Логические ударения в предложениях.	Комбинированное занятие	Научатся использовать разнообразную интонацию	Речевые упражнения, наблюдени е
30.01	14.00- 15.00	1	Работа с текстом. Логические ударения в предложениях.	Комбинированное занятие	Научатся использовать разнообразную интонацию	Речевые упражнения, наблюдени е
<b>Актерское мастерство 12 часов</b>						
03.02	14.00- 15.00	1	Знакомство с элементами актерского мастерства. Элемент актерского мастерства-внимание. Игры и упражнения.	Комбинированное занятие	Научатся применять элементы игры на сцене	Наблюдени е, этюд
06.02	14.00- 15.00	1	Элементы актерского мастерства-фантазия и воображение. Игры и упражнения.	Комбинированное занятие	Научатся применять элементы игры на сцене	Наблюдени е, этюд
10.02	14.00- 15.00	1	Упражнения на «Если бы...»-«Войдите в роль».	Комбинированное занятие	Научатся применять элементы игры на сцене, входить в роль	Наблюдени е, этюд
13.02	14.00- 15.00	1	Действия в условиях вымысла.	Комбинированное занятие	Научатся действовать в вымышленных условиях	Наблюдени е, этюд
17.02	14.00- 15.00	1	Действия с воображаемыми предметами.	Комбинированное занятие	Научатся применять элементы игры на сцене	Наблюдени е, этюд
20.02	14.00-	1	Понятие	Комбинированное занятие	Познакомятся с	Наблюдени

	15.00		«сценический образ»	ное занятие	понятием «сценический образ»	е, этюд
27.02	14.00-15.00	1	Характер, речь персонажа, походка.	Комбинированное занятие	Научатся воссоздавать характер, речь, походку героя	Наблюдение, этюд
03.03	14.00-15.00	1	Костюм и грим.	Комбинированное занятие	Научатся элементарным навыкам работы с гримом	Наблюдение, этюд
06.03	14.00-15.00	1	Импровизация в работе актера.	Комбинированное занятие	Научатся импровизировать	Наблюдение, этюд
10.03	14.00-15.00	1	Взаимодействие с партнером. Этюды	Комбинированное занятие	Научатся взаимодействовать с партнером	Наблюдение, этюд
13.03	14.00-15.00	1	Взаимодействие с партнером. Этюды	Комбинированное занятие	Научатся взаимодействовать с партнером	Наблюдение, этюд
17.03	14.00-15.00	1	Взаимодействие с партнером. Этюды	Комбинированное занятие	Научатся взаимодействовать с партнером	Наблюдение, этюд
<b>Работа над спектаклем 16 часов</b>						
20.03	14.00-15.00	1	Выбор драматического произведения. Просмотр видеоматериала	Комбинированное занятие	Научатся анализировать драматическое произведение	Наблюдение
24.03	14.00-15.00	1	Распределение ролей. Читка по ролям.	Комбинированное занятие	Научатся находить ключевые слова в отдельных фразах и предложениях и выделять их голосом	Наблюдение
27.03	14.00-15.00	1	Деление пьесы на отдельные эпизоды. Импровизация.	Комбинированное занятие	Научатся словесно «рисовать» по прочтении текста характер героя, обстановку, интерьер	Наблюдение
31.03	14.00-15.00	1	Этюдные репетиции пьесы. Обсуждение характеров персонажей.	Комбинированное занятие	Научатся словесно «рисовать» по прочтении текста характер героя, обстановку,	Наблюдение

					интерьер	
03.04	14.00-15.00	1	Этюдные репетиции.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, строить диалог с партнером на заданную тему	Наблюдение
07.04	14.00-15.00	1	Мизансценирование. Создание музыкального фона.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, произвольно реагировать на музыкальный сигнал.	Наблюдение
10.04	14.00-15.00	1	Мизансценирование. Создание музыкального фона.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, произвольно реагировать на музыкальный сигнал.	Наблюдение
14.04	14.00-15.00	1	Мизансценирование. Создание музыкального фона.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, произвольно реагировать на музыкальный сигнал.	Наблюдение
17.04	14.00-15.00	1	Мизансценирование. Создание музыкального фона.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на	Наблюдение

					площадке, произвольно реагировать на музыкальный сигнал.	
21.04	14.00-15.00	1	Хореографические постановки к спектаклю.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, произвольно реагировать на музыкальный сигнал.	Наблюдение
24.04	14.00-15.00	1	Обыгрывание реквизита и бутафории.	Комбинированное занятие	Научатся ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, произвольно реагировать на музыкальный сигнал.	Наблюдение
28.04	14.00-15.00	1	Репетиция в декорациях	Комбинированное занятие	Научатся действовать согласованно, включаясь в действие одновременно или последовательно	Наблюдение
05.05	14.00-15.00	1	Репетиция в декорациях	Комбинированное занятие	Научатся действовать согласованно, включаясь в действие одновременно или последовательно	Наблюдение
12.05	14.00-15.00	1	Монтировочные репетиции эпизодов. Корректировка	Комбинированное занятие	Научатся действовать согласованно, включаясь в действие одновременно или последовательно	Наблюдение



<b>Промежуточная аттестация 2 часа</b>						
30.12	14.00-15.00	1	Промежуточная аттестация.	Комбинированное занятие	Коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств	Наблюдение
28.04	14.00-15.00	1	Репетиции и показ театральной постановки.	Комбинированное занятие	Коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств	Наблюдение, театральная постановка
<b>Итоговая аттестация 2 часа</b>						
22.05	14.00-15.00	1	Репетиции и показ театральной постановки.	Комбинированное занятие	Коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств	Наблюдение, театральная постановка
26.05	14.00-15.00	1	Репетиции и показ театральной постановки.	Комбинированное занятие	Коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств	Наблюдение, театральная постановка
<b>Итого:</b>		<b>70 часов</b>				

### Выявления артистических способностей

Выявления 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.
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.	
2. Может разыграть драматическую ситуацию, изобразив какой-нибудь конфликт.	
3. Может легко рассмешить, придумывает шутки, фокусы.	
4. Хорошо передает чувства через мимику, пантомимику, жесты.	
5. Меняет тональность и силу голоса, когда изображает другого человека, персонажа.	
6. Интересуется актерской игрой, пытается понять её правила.	
7. Создает выразительные образы с помощью атрибутов, элементов костюмов.	
8. Создает оригинальные образы.	
9. Выразительно декламирует.	
10. 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 выразить 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"

**Упражнение на выразительность движений тела:**

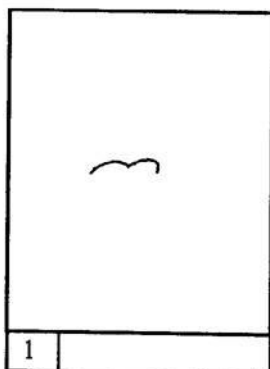
Игры, этюды: "Походка" "На стуле" "Кошка" "Лето" "Кто я?" "Сказка"



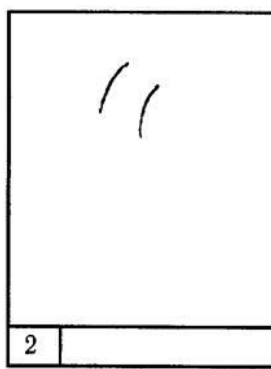
**Тест Торренса**

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.

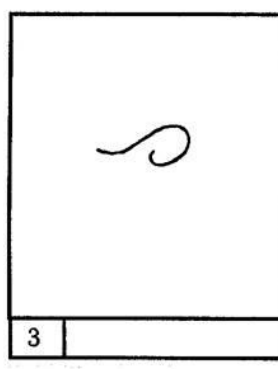
Картинка № 1



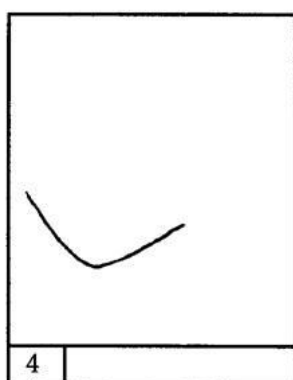
Картинка № 2



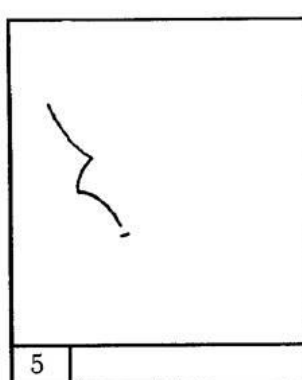
Картинка № 3



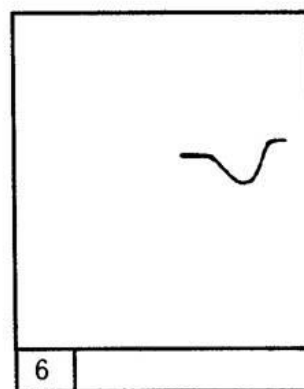
Картинка № 4



Картинка № 5



Картинка № 6



**ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ КРАТКОГО ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ**

№	Фамилия	Беглость	Гибкость	Оригинальность	Разработанность
1					
2					
3					
4					
5					

**Скороговорки**

1. Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка бела 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 сорокастремится!"
12. У четырех черепашек по четыре черепашонка.
13. Вашему пономарю нашего пономаря не перепонамаривать стать: 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 откушать попрошу
24. Водовоз вез воду из-под водопровода.
25. Карл у Клары украл кораллы,  
А Клара у Карла украла кларнет

**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, бежит 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. Прощение (вы кого-то о чем-то просите)
7. **Десять секунд**
8. а) встаньте в строй по росту, в алфавитном порядке (по фамилиям, именам), по цвету волос (от самых светлых к самым темным);
9. б) назовите самый дальний и самый близкий объекты в поле вашего зрения;
10. в) перечислите в аудитории все предметы определенного цвета и оттенка; предметы, названия которых начинаются с одной буквы алфавита;

11. **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».
12. **Конфликт.** Показать несколько пластических мизансцен (в статике), изображающих конфликтную ситуацию. Найти внутреннее оправдание каждой мизансцене тела. Дать название конфликтным ситуациям.
13. **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».
14. **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.
15. **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, поясницей, шеей.
16. **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.
17. **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.
18. **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.
19. **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.
20. **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.
21. **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.
22. - Пройтись, как ходит младенец, который только что начал ходить; старый человек; гордец; артист балета.
23. - Улыбнуться, как улыбается очень вежливый японец, собака своему хозяину, кот на солнышке, мать младенцу, ребенок матери.
24. - Нахмуриться, как хмурится ребенок, у которого отняли игрушку; как человек, желающий скрыть смех.
25. **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.
26. **Переключение внимания-2**
27. Упражнение на переключение внимания протекает в такой последовательности:
28. 1. Зрительное внимание: объект далеко (например, дверь).

- 29. 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
  - Закрывать побыстрее клетку
  - Помахать угрожающе пальцем
  - Переставить клетку в другое место
- 30. Последствия.** предлагается ответить на ряд парадоксальных вопросов.
- 31.** Например:
- 32.** · Что произойдет, если человек при желании сможет становиться невидимым?
- 33. 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.
- 34. 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.
- 35. Пять скоростей.** «Нам предстоит сейчас превратиться в людей, у которых есть только пять скоростей движения. Первая скорость – самая медленная. Пятая скорость – почти бег.
- 36. Растем.** «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли.
- 37. Ритмы.** Педагог, или кто-либо из участников показывает ритм, состоящий из хлопков, топая и т.п. звуковых эффектов. Группа повторяет.
- 38. Сиамские близнецы.** Учащиеся разбиваются на пары. Ведущий предлагает каждой паре представить себя сиамскими близнецами, сросшимися любыми частями тела.
- 39. Сколько человек хлопало?** Группа рассаживается в полукруг. Из учащихся выбираются «водящий» и «дирижер».
- 40. Скульптор и глина.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них - скульптор, другой - глина
- 41. Слушаем тишину.** Послушайте и расскажите, что делается.
- 42. 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.
- 43. Тень.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой - его Тенью.
- 44. 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!
- 45. Тренировка глазных мышц , губ, носа.**

- 46. 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.
- 47. 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.
- 48. 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).
- 49.** - Выразить одними глазами и бровями: огорчение, радость, осуждение, восхищение, строгую сосредоточенность, недовольство, удивление.
- 50.** - Только жестами и мимикой выразить следующие задачи: прогнать, пригласить, оттолкнуть, привлечь, указать, остановить, предупредить.
- 51.** - Выразить одним жестом: отвращение, ужас, благодарность.
- 52. Эстафета.** Сочиняется вслух рассказ или стих. Метод - кольцовка. Услышав первую фразу, слушатель подхватывает ее и передает эстафету другому.

**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 раздастся 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.





