

Государственное бюджетное учреждение
"Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних
Вачского муниципального округа"

ПРИНЯТА
на заседании методического
совета ГБУ «СРЦН Вачского
муниципального округа»
от 12.01.2026 № 1

УТВЕРЖДАЮ
директор
ГБУ «СРЦН Вачского
муниципального округа»
М.В. Ширшова
Приказ от 12.01.2026 № 3



***Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
художественной направленности
«Сказочная страна»***

Возраст обучающихся: с 7 лет
Срок реализации программы: 16 часов

Автор-составитель:
воспитатель высшей категории
Варлова Елена Васильевна

С. Чулково
2026 г.

Пояснительная записка

Программа художественной направленности «Сказочная страна» разработана для обучающихся с 7-ми лет, реализуется в условиях социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних Вачского муниципального округа. Данная программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами Российской Федерации:

1. Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948);
2. Конвенция о правах ребенка (принята 44 сессией Генеральной Ассамблеи ООН, ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 06.1990г.);
3. Конституция Российской Федерации;
4. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
5. Федеральный закон от 24.07.1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
6. Федеральный закон от 24.06.1999г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» с изменениями от 03.12.2011г. №378-ФЗ;
7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09.11.2018г. №196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Постановление Правительства Нижегородской области от 21.06.2016г. № 377 «О предоставлении социальных услуг поставщиками социальных услуг несовершеннолетним, их родителям (законным представителям) в Нижегородской области»;
9. Письмо Министерства образования Нижегородской области от 30.05.2014 № 316-01-100-1674/14 «Методические рекомендации по разработке образовательной программы образовательной организации дополнительного образования»;
10. Письмо Минобрнауки России от 28.04.2017 N ВК-1232/09 "О направлении методических рекомендаций» (вместе с "Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей")
11. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
12. Устав учреждения
13. Положение об отделении социальной реабилитации несовершеннолетних (стационарное отделение)
14. Должностные инструкции

Актуальность программы – в организации свободного времени несовершеннолетних, успешной их социализации путём приобщения к театрализованной деятельности.

Театральная деятельность — это самый распространенный вид детского творчества. Она близка и понятна ребенку, глубоко лежит в его природе и находит свое отражение стихийно, потому что связана с игрой и сказкой.

Театрализация способствует активному эмоциональному, интеллектуальному развитию, прививает социально-нравственные качества. Принимая на себя определенную роль, ребенок пытается мимикой, речью и движениями передать настроение своего героя, его характер, особенности поведения. Инсценировка сказок помогает обучиться творческому рассказыванию, которое играет важную роль в развитии словесно-логического мышления, предоставляя большие возможности для самостоятельного выражения ребенком своих мыслей, осознанного отражения в речи разнообразных связей и отношений между предметами и явлениями, способствует активизации знаний и представлений об окружающем мире.

Направленность программы: художественная.

Предполагает развитие творческих способностей обучающихся, знакомство с кукольным театром, постановкой сказок, мини- спектаклей.

Уровень образовательной программы – ознакомительный. Предполагает удовлетворение познавательного интереса. Особое внимание уделяется театрализованной игре.

Теоретическими основами программы являются:

- педагогическая поддержка ребенка и процесса его развития (Газман О. С);
- воспитание ребенка как человека культуры (Бондаревская Е.В.).

Воспитание в концепции Е.В. Бондаревской определяется как процесс педагогической помощи ребенку в становлении его субъектности, культурной идентификации, социализации, жизненном самоопределении.

К базовым воспитательным процессам, способствующим становлению ребенка как субъекта жизни, истории, культуры, относятся:

- житнетворчество;
- социализация;
- культурная идентификация;
- духовно-нравственное развитие личности;
- индивидуализация.

Отличительная особенность программы – адаптирована к условиям образовательного процесса в социозащитном учреждении. Содержание каждого занятия органично продолжается, расширяется и закрепляется в свободной деятельности по разным направлениям (рисование, дидактические игры, чтение художественной литературы).

Обучающиеся могут зачисляться в творческое объединение на любом этапе реализации программы, так как организация свободного времени обучающихся социально-реабилитационного центра через вовлечение в театральную деятельность возможна на любом этапе образовательного процесса, независимо от количества пройденных часов.

Возможно проведение занятий с детьми разного возраста и уровня подготовки, при этом возможна корректировка содержания занятий по каждой теме.

Программа циклична.

Новизна программы прослеживается в метапредметности с такими дисциплинами как:

- история (возникновение и развитие театральной деятельности, театральных атрибутов и кукол);
- литература (чтение стихов, потешек, прибауток, пословиц, обращение к литературным произведениям).

При таком подходе театральное творчество будет активизировать интерес к искусству театра, развивать фантазию, память, внимание и другие качества, улучшит психологическую атмосферу детского коллектива.

Педагогическая целесообразность программы - в повышении социальной активности, способности слаженно работать в коллективе детей и взрослых. Необходимо помнить, что в творчестве важен не только сам результат, а то, чему ребенок учится, что познает, что открывает в себе, как утверждает себя, как самовыражается.

Дети, увлеченные одним общим делом, с большим желанием участвуют в подготовке театральных постановок, массовых мероприятий учреждения; пробуют свои силы в художественном, музыкальном оформлении. Каждому находится дело по душе.

Общение с другими детьми будет развивать коммуникативные умения, формировать способность использовать различные способы межличностного взаимодействия, быть адаптивными к различным социальным ситуациям. Содержание и организация занятий призваны помочь ребятам в выполнении их будущей социальной роли.

Принципы построения программы

Принцип успеха. Каждый ребенок должен чувствовать успех в какой-либо сфере деятельности. Это ведет к формированию позитивной «Я - концепции» и признанию себя как уникальной составляющей окружающего мира.

Принцип доступности. Обучение и воспитание строится с учетом возрастных и индивидуальных возможностей детей, без интеллектуальных, физических и моральных перегрузок.

Принцип импровизации, согласно которому театрализованная игра рассматривается как творческая деятельность, что обуславливает особое взаимодействие взрослого и ребенка, детей между собой на основе свободной атмосферы, поощрения детской инициативы, отсутствия образца для подражания, наличия своей точки зрения, стремления к оригинальности;

Принцип креативности. Предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрытие личности.

Принцип творчества.

Это максимальная ориентация на творческое начало, приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности

Принцип вариантности.

Он предполагает у детей понимание возможности различных вариантов решения задач.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: с 7 лет.

В возрасте 7 лет и старше ребенок склонен к фантазиям и воображениям, что позволяет развивать в детях творческие возможности.

Группа формируется из воспитанников ГБУ «СРЦН Вачского муниципального округа», ОСПН (стационарное отделение), попавших в трудную жизненную ситуацию, желающих заниматься данным видом деятельности в свободное время. Совместная деятельность предполагает возможность эмоционального воздействия театральной, игровой деятельности на личность ребенка для усиления воспитательного эффекта в период реабилитационной работы с ребёнком, на подсознательные установки и сознательные идеалы личности, а через них – на позитивное поведение и деятельность.

Количество обучающихся в группе: до 10 человек.

Цель программы:

Организация свободного времени обучающихся социально-реабилитационного центра через приобщение к театральной деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

- Знакомить обучающихся с основами театрального искусства: (историей возникновения театра, театральных кукол, театральных профессий, театрального этикета, видами сказок);
- Учить различным формам театральной деятельности: рассказывание и обыгрывание сказок, мини-сценок, использование театральных и творческих игр в свободной деятельности;

Воспитательные:

- Создавать условия для формирования культурного общения и поведения в коллективе;

- Воспитывать стремление к разумной организации своего свободного времени;

Развивающие:

- Способствовать развитию индивидуальных творческих и артистических способностей (мимика, жесты, интонационно выразительные средства речи, способность к перевоплощению, импровизации);
- Способствовать развитию умения работать в коллективе и взаимодействовать с партнером.

Объем и срок освоения программы

Объем реализации образовательной программы: 16 академических часов.

Формы работы по программе:

Основная форма занятий – групповые аудиторные занятия. Также может использоваться индивидуальная форма работы при подготовке отдельных показов, выступлений, при разучивании текстов, ролей. Индивидуальная работа в процессе коллективных занятий с каждым ребенком – это так же залог успеха.

После каждого занятия применяется метод поощрения, одобрения, самоанализ. Условные оценки - только положительные для дальнейшего стимулирования творческой активности ребёнка

Формы проведения аудиторных занятий:

- групповые занятия: теоретические и практические;
- репетиции: групповые и индивидуальные;
- занятие-игра;
- беседа;
- сказка;
- театрализованный рассказ;
- викторина – развлечение;
- этюд;
- спектакль;
- инсценировка;
- творческий показ;

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 академическому часу

Предполагаемые результаты освоения программы

Результаты обучения:

- Знает виды театра, театральные профессии, виды театральных кукол и способы кукловодства;
- Знает виды и отличительные особенности сказок;
- Умеет рассказывать и обыгрывать сказки, мини-сценки, роли;
- Использует театральные и творческие игры в свободной деятельности

Результаты воспитания:

- Умеет соблюдать правила поведения и налаживать доброжелательные отношения в творческой группе;
- Организует в свободной деятельности игры-драматизации; театрализованные игры, используя театральные куклы и другие атрибуты;

Результаты развития:

- Проявляет свои творческие и артистические способности при организации свободного времени; в проводимых мероприятиях;
- Активно взаимодействует со сверстниками в театральных постановках.

Условия реализации программы

В случае наступления обстоятельств непреодолимой силы (пожара, наводнения, террористической угрозы, пандемии и т.д.) данная программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий. При условии изменения в случае наступления обстоятельств непреодолимой силы до 50 % от общего объёма учебных часов форма реализации программы не изменяется. Изменённый вариант рабочей программы оформляется приложением к программе.

Программа может быть реализована с использованием дистанционных технологий:

(в режиме online) через сервисы, предназначенные для видеосвязи по интернету «Skype», «Zoom».

Материально-техническое оборудование

1. Помещения для занятий:
 - актовый зал
 - учебный кабинет
2. шкаф
3. Мультимедийное оборудование (ноутбук, проектор, экран, музыкальный центр, микрофоны)
4. Детские костюмы для спектаклей, маски, атрибуты для спектаклей
5. Театральная ширма
6. Различные игрушки
7. Художественная литература
8. Магнитная доска
- 9.Кукольный театр би-ба-бо (Кот в сапогах, Волшебник изумрудного города, Теремок и др.)
- 11.Пальчиковый театр
- 12.Теневой театр
- 13.Магнитный театр

Кадровое обеспечение программы

Программу реализует воспитатель ГБУ «СРЦН Вачского муниципального округа», имеющий педагогическое образование, высшую квалификационную категорию, прошедший переподготовку по программе «Педагогика дополнительного образования детей и взрослых».

Учебный план

№	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Форма промежуточной аттестации
1	Раздел 1. «Театральная шкатулка»	8	3	5	Игра-викторина «Знатоки театра» Показ театральных инсценировок
2	Раздел 2. «В гостях у сказки»	8	3	5	Театрализованная постановка

3	Итого:	16	6	10	
---	--------	----	---	----	--

Учебно-тематическое планирование

№	Разделы программы	Количество недель/часов			Форма текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел «Театральная шкатулка»	8	3	5	
1.1	Вводное занятие	1	1	-	
1.2	Азбука театра	2	1	1	
1.3	Виды театральных кукол и способы кукловодства	3	1	2	
1.4	Мини-сценки, этюды, игры	2	-	2	
2	Раздел «В гостях у сказки»	8	3	5	
2.1	Такие разные сказки	1	1	-	
2.2	Образы героев сказки	2	2	-	
2.3	Постановочно-репетиционная деятельность	3	-	3	
2.4	Изготовление афиш, билетов, костюмов, декораций	1	-	1	
2.5	В гостях у сказки (театрализованная постановка)	1	-	1	
Итого недель/часов по программе (с учетом часов на прохождение аттестации)		16	6	10	

Рабочая программа 1 раздела

№	Разделы программы	Количество недель/часов			Форма текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел «Театральная шкатулка»	8	3	5	
1.1	Вводное занятие.	1	1	-	
1.2	Азбука театра.	2	1	1	
1.3	Виды театральных кукол и способы кукловождения.	3	1	2	
1.4	Мини-сценки, этюды, игры.	2	-	2	

Тема 1. Вводное занятие.

Теория:

Знакомство с программой. Цели и задачи предмета. План работы на период обучения. Требования к занятиям. Инструктаж по технике безопасности при работе на сцене, с ширмой и т.д.

Практика:

Игра – импровизация «Чему я хочу научиться».

Тема 2. «Азбука театра».

Теория:

Понятие о театре. Виды театра. Отличие театра от других видов искусства. Навык перевоплощения. Мимика и жесты. Театральные профессии. Куклы и кукловод. Актерское мастерство. Декорации, музыка, бутафория. Просмотр презентаций по теме.

Практика:

Игры-импровизации. Этюды на память физических действий и действий в различных обстоятельствах. Театральные игры для начинающих.

Тема 3. «Виды театральных кукол и способы кукловождения».

Теория:

Понятие «кукловождение». Возникновение игры с куклами. Театр верховых кукол, театр марионеток, театр теней, тростевые куклы, ростовые куклы и др. Просмотр презентации на тему: «Виды театральных кукол».

Быть актёром нелегко. Актуальность и значение игры в кукольном спектакле.

Особенности работы с разными куклами (би-ба-бо, теневые, пальчиковые, варежковые, ростовые и др.), выразительного чтения слов каждого героя сказки.

Основные правила вождения куклы за ширмой.

Практика:

Работа каждого ребенка с куклой на местах и за ширмой.

Упражнения и этюды с куклами на простейшие виды общения без слов.

Речевые особенности героя.

Упражнения “кукла, идущая”, “кукла, плачущая”, “кукла смеющаяся” и др.

Показ и объяснение упражнений с предметом (куклы тащат мешок, строят дом, вытирают пыль, передают друг другу мяч и др.)

Коллективное сочинительство.

Игры – драматизации с куклами на выдуманные истории.

Отработка кукловождения с предметами (взять, отдать, передать, бросить, поймать и т.д.).

Работа с куклой по принципу: «Тело актера - инструмент – кукла».

Упражнения с воображаемыми предметами.

Групповые упражнения с куклой – этюды. Оценка происходящего через куклу.

Тема 3. «Мини-сценки, этюды, игры - пантомимы»

Теория:

Актуальность и значение игры в кукольном спектакле. Понятие «мини-сценки». Понятие «этюды». Знакомство с театрализованными играми. Игры-пантомимы.

Практика:

Придумывание истории-этюда на заданную тему. Придумывание разных историй на одну тему, на один текст, музыку. Театрализованные игры.

Показ этюдов, мини-сценок друг другу. Приучение к переходам из позиции исполнителя в позицию зрителя.

Игры на выбор: «Измени голос», «Где мы были, мы не скажем», «Воображаемое путешествие», «Дедушка. Молчок», «Тень», «Узнай по носу», «Зеркало», «Испорченный телефон», «Сам себе режиссер» «Угадай, кто я» и др.

Игры и упражнения на развитие внимания: «Что ты слышишь», «Радиограмма», упражнение с предметами, «Руки-ноги», «передай позу», «Фотограф».

Игры на развитие согласованности действий: «Дружные звери», «Телепаты», «Живой телефон», «Печатная машинка» и другие.

Разыгрывание темы, сюжета без предварительной подготовки.

Рабочая программа 2 раздела

2	Раздел «В гостях у сказки»	8	3	5	Форма текущего контроля
2.1	Такие разные сказки.	1	1	-	
2.2	Образы героев сказки.	2	1	1	
2.3	Постановочно-репетиционная деятельность.	3	-	3	
2.4	Изготовление афиш, билетов, костюмов, декораций.	1	-	1	
2.5	В гостях у сказки.	1	-	1	

Тема 1. «Такие разные сказки»

Теория:

Главная мысль и поучительная ценность сказки. Главные герои сказки, их характеры. Виды сказок.

Особенности сказок о животных, бытовых и волшебных сказок (на материале сказок народов мира.) Из истории создания сказок.

Практика:

Придумай сказку. Послушивание сказок.

Тема 1. Образы героев сказки

Теория:

Выбор сказки для постановки. Беседа о прочитанном. Кто из ее героев понравился? Хотелось бы сыграть ее? Определение времени и места действия. Характеристика действующих лиц, их взаимоотношения. Происхождение сюжета сказки. Отличительные особенности героев сказки. Их характеристики.

Практика: обыгрывание сказочных сюжетов по выбранным сказкам.

Тема 3. Постановочно-репетиционная деятельность

Теория:

Понятие «Выразительные средства».

Распределение ролей. Индивидуальная работа над характером роли. Отработка внутренней и внешней характерности персонажей и их сценических задач.

Практика:

Отработка чтения каждой роли: прочитывать четко, ясно проговаривая все звуки в словах, не глотать окончания, соблюдать правила дыхания; определить логические ударения, паузы; постараться представить себя на месте персонажа, подумать, как надо читать за “него” и почему именно так. Заучивание слов (ударение, эмоциональная интонация, паузы, темп).

Работа над ролью.

Распределение сил внутри каждой сцены, спектакля в целом.

Индивидуальная работа над ролью.

Работа над отдельными эпизодами сказки, над пластической выразительностью и характерами образов. Выбор музыкального сопровождения. Репетиции с музыкальным сопровождением. Работа над отдельными диалогами и эпизодами сказки.

Репетиция всех эпизодов спектакля с использованием декораций, элементов костюмов, музыкального сопровождения, света. Взаимодействие всех героев.

Репетиции всего спектакля целиком. Обсуждение результатов.

Тема 4. Изготовление афиш, билетов, костюмов, декораций.**Теория:**

Афиши, билеты театра. Искусство выбора костюма для героя. Бутафория.

Практика:

Изготовление эскиза афиши, декораций. Изготовление декоративных элементов. Изготовление и подбор костюмов. Распределение технических обязанностей по спектаклю, сказке. Установка декоративных деталей.

Тема 5. В гостях у сказки**Теория:**

Опрос «В гостях у сказки».

Практика:

Демонстрация полученных умений и навыков, на примере поставленного спектакля, сказки. Театрализованная постановка.

Календарный учебный график

№№ п/п	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1.	16	16	16	1 раз в неделю по одному учебному часу

Начало занятия – 17.00, окончание занятия - 17.45.

Место проведения занятий – учебный кабинет, актовый зал.

Продолжительность каникул – не менее 1 календарного дня.

Формы контроля и критерии оценки

Формы аттестации (контроля) разрабатываются для оценки уровня и качества освоения образовательной программы.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:
журнал посещаемости, фотоотчёт.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
отчет о работе педагога, оценочный лист результатов обучающихся, протокол результатов аттестации обучающихся.

Для формирования представлений о результативности реализации программы, её эффективности и прочности, приобретённых детьми знаний, умений и навыков в течение реализации программы проводится промежуточная аттестация и текущий контроль.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений.

Форма проведения – педагогическое наблюдение, самооценка обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится в конце реализации каждого раздела программы.

Форма проведения промежуточной аттестации программы:

1 раздел: Игра-викторина «Знатоки театра». Показ театральных инсценировок.

2 раздел: Опрос «В гостях у сказки». Театрализованная постановка.

Форма оценки промежуточной аттестации: уровень (высокий, средний, низкий).

Уровни освоения программы определяются в пределе от 1 до 3 баллов.

3 балла - высокий, (характерна творчески преобразующая деятельность детей, самостоятельная работа, творческие изменения, высокий уровень мотивации).

2 балла – средний, (активная познавательная деятельность, проявляют творческую инициативу при выполнении заданий, выражена мотивация на рост, самостоятельность при выполнении заданий).

1 балл - низкий, (репродуктивный, плохо мотивированный на обучение (редко занимается с интересом; нуждаются в помощи педагога)).

Разработан сводный оценочный лист результатов промежуточной аттестации.

Данные из сводных оценочных листов заносятся в протокол промежуточной аттестации.

Непременная составная часть учебного процесса – гибкая неформальная система контроля усвоения ребенком данной программы. Важным стимулом для ребенка всегда является положительная оценка, похвала, одобрение.

Рефлексия занятия проводится путём выбора смайлика, отображающего настроение обучающего на занятии, желание заниматься дальше.

Рефлексия

Отрази свое настроение смайликом.

Возьмите смайлик соответствующий Вашему настроению и прикрепите его на доске с магнитной основой.



Я все знаю, понял
и могу объяснить
другим!



Я все знаю, понял, но
не уверен, что смогу
объяснить другим!



У меня остались
некоторые
вопросы.

Я вам желаю побеждать себя каждый день,
каждый день открывать все новые знания, идти только вперед.

Оценочные и методические материалы

1 раздел

Контрольный критерий №1. Игра-викторина «Знатоки театра» (Теория)

Цель: определить уровень теоретических знаний обучающихся по театральной терминологии, театральных профессиях.

Викторина состоит из 2 раундов.

- «Театральный словарь»
- «Театральные профессии»

Первый раунд «Театральный словарь»

1. Как называется место, где выступают актеры? (*Сцена*)
2. Объявление о спектакле? (*Афиша*).
3. Человек, исполняющий роль на сцене? (*Артист*).
4. Перерыв между действиями спектакля? (*Антракт*).
5. Рукоплескание артистам? (*Аплодисменты*).
6. Как называются шторы, открывающиеся перед представлением? (*Занавес*)
7. Как называется действие, которое происходит на сцене? (*Спектакль*)
8. 10.Художественное оформление действия на театральной сцене (лес, комната)? (*Декорации*)

9. Предметы, которые употребляются в театральных постановках вместо настоящих, (части костюма, оружие, мебель, украшения и многое другое)? (*Бутафория*)
10. Искусство изменения внешности актера (его лица) с помощью красок, наклеек, парика в соответствии с требованиями исполняемой роли? (*Грим*)

Второй раунд «Театральные профессии»

1. Кто пишет пьесы для представлений (*Драматург*)
2. Кто руководит постановкой спектакля (*Режиссер*)
3. Автор музыкальных произведений, пишущий музыку к спектаклю (*Композитор*)
4. Работник театра, подсказывающий слова во время спектакля (*Суфлер*)
5. Работник театра, отвечающий за освещение сцены (*Осветитель*)
6. Работник театра, занимающийся гримом артистов (*Гример*)
7. Кто создает костюмы для актеров (*Костюмер*)
8. Кто оформляет сцену в театре (*Художник-декоратор*)
9. Кто изготавливает и подает артистам разные, нужные им при выходе на сцену вещи (*Бутафор*)
10. Кто пропускает посетителей в фойе или зрительный зал и проверяет билеты (*Контролер-билетер*)

В каждом раунде обучающиеся отвечают на вопросы. За каждый правильный ответ они получают 1 балл. В конце викторины подсчитывается количество баллов у каждого и определяется уровень теоретических знаний.

15-20 правильных ответов (3 балла) – высокий уровень теоретических знаний

6 – 14 правильных ответов (2 балла) жетонов – средний уровень знаний

1-5 правильных ответов (1 балл) – низкий уровень знаний

3 балла	2 балла	1 балл
Проявляет устойчивый интерес к театральному искусству и театрализованной деятельности; знает правила поведения в театре; называет различные виды театра, профессии, умеет показать мини-сценки, этюды, пантомиму, знает правила актёрской игры	Интересуется театрализованной деятельностью, использует свои знания в театрализованной деятельности, знает не все правила поведения в театре; называет некоторые виды театра, профессий, умеет показать мини-сценки, этюды, пантомиму, но требуется помощь педагога. Знает некоторые правила актёрской игры	Не проявляет интереса к театрализованной деятельности; знает не все правила поведения в театре; затрудняется назвать различные виды театра, профессии, мини-сценки, этюды, пантомиму показывает неохотно, только с помощью педагога, правила актёрской игры называет с помощью и по подсказке педагога.

Контрольный критерий №2.

Запоминание и изображение заданной позы.

Обучающийся должен уметь придумать и зафиксировать позу, запомнить и повторить предложенную позу и жест. Задача в точности воспроизведения и представлении.

Промежуточная аттестация – показ театральных инсценировок.
(Возможен во время проведения календарных и тематических праздников).

1 балл	2 балла	3 балла
Обучающийся не может придумать и зафиксировать позу, не точно копирует и повторяет заданную позу или движение.	Обучающийся копирует и воспроизводит заданную позу, но не может воспроизвести ее через определенный промежуток времени.	Обучающийся придумывает и фиксирует позу, четко копирует и воспроизводит заданную позу. Может повторить ее через определенный промежуток времени.

Контрольный критерий №3

Готовность действовать согласованно, включаясь одновременно или последовательно.

Обучающийся должен, в зависимости от задания, включиться в игровое пространство вместе с другими, или выполнить действие один.

Промежуточная аттестация – показ театральных инсценировок.

1 балл	2 балла	3 балла
Обучающийся вступил в игровое пространство вместе со всеми, но закончил не по команде.	Обучающийся вступил в игровое пространство вместе со всеми, выполнил требования игры, но не справился с самостоятельным выходом.	Обучающийся вступил в игровое пространство вместе со всеми, выполнил требования игры, справился с самостоятельным выходом.

2 раздел
Контрольный критерий №1.

Опрос «В гостях у сказки»

1. Что такое сказка?
2. Назови виды сказок.
3. Назови русские народные сказки.
4. Назови зарубежные сказки.
5. Назови свою любимую сказку. Чем она тебе нравится?

3 балла	2 балла	1 балл
Знает и называет сказки. Уверенно отвечает на вопросы по содержанию сказок, рассуждает. Правильно определяет вид сказки, отличает сказку от других жанров художественной литературы. Определяет главную мысль и поучительную ценность сказки. Знает авторов сказок. Может быстро сочинить и рассказать сказку заданного вида (волшебную, про животных, бытовую, докучную) Умеет выражать свое отношение к поступкам героев, проявляет активность.	Знает сказки не в полном объеме. В основном, правильно определяет вид сказки, отличает сказку от других жанров художественной литературы. В основном, правильно определяет главную мысль и поучительную ценность сказки. Знает почти всех авторов сказок. Может сочинить и рассказать сказку заданного вида (волшебную, про животных, бытовую, докучную) с небольшой помощью педагога. В основном, правильно оценивает поступки героев, не достаточно активен.	Плохо знает сказки, не интересуется чтением. Не умеет рассуждать отвечать на вопросы по содержанию. Затрудняется определить вид сказки, с трудом отличает сказку от других жанров художественной литературы. Не может назвать главную мысль и поучительную ценность сказки или называет с помощью педагога. Не знает авторов известных сказок, путает их. Может сочинить и рассказать сказку заданного вида (волшебную, про животных, бытовую, докучную) только с помощью педагога. Пассивно выражает свое отношение к поступкам героев, не активен.

Контрольный критерий №2.

Оценка творческих способностей обучающихся. Театрализованная постановка

Уровень творческих способностей обучающихся определяется на основе средне - оценочного балла по результатам наблюдений за обучающимся во время репетиций и показательного выступления.

Оценка результатов проводится по трех - бальной шкале.

- «1б» - свойство слабо проявляется;
- «2б»- проявляется на среднем уровне;
- «3б» - проявляется на высоком уровне.

Общее количество баллов суммируется и делится на количество критериев. Средний балл является условным определением уровня творческих способностей обучающихся.

Средний балл:

- 3 - высокий уровень;
- 2 - средний уровень;
- 1 - низкий уровень

Мониторинг личностного развития обучающегося проводится на протяжении всех занятий. Результаты мониторинга служат основой для развития и совершенствования отношений ребенка к окружающей действительности.

Контрольный критерий

Готовность к творчеству, интерес к сценическому искусству. (Показатель личностного развития)

Формирование у обучающихся в процессе обучения положительного отношения к сценическому искусству и развитие мотивации к дальнейшему овладению актерским мастерством и развитию познавательного интереса.

Контрольно-измерительный материал: активность на занятиях, готовность к творчеству, личностный рост.

1 балл	2 балла	3 балла
Низкий уровень мотивации. Низкий уровень познавательной деятельности.	Проявляет активность на занятии. Есть мотивация к сценическому искусству, но не высокая.	Высокий уровень познавательной деятельности. С интересом изучает играет различные роли. Высокая мотивация. Проявляет активность на занятии. Проявляет творческую мыслительную активность.

Оценочный лист результатов промежуточной аттестации
Раздел 1.

№ п/п	Ф.И	Игра- викторина «Знатоки театра»	Запоминание и изображение заданной позы	Готовность действовать согласованно, включаясь одновременно или последовательно	Готовность к творчеству, личностный рост	Общий результат

Оценочный лист результатов промежуточной аттестации
Раздел 2.

№ п/п	Ф.И	Опрос «В гостях у сказки»	Оценка творческих способностей обучающихся Театрализованная постановка	Готовность к творчеству, личностный рост	Общий результат

3 балла – высокий уровень

2 бала – средний уровень

1- балл – низкий уровень

В методическое обеспечение включены:

Приложение №1 - Протокол аттестации

Приложение №2 - Этюды и упражнения на занятиях по актёрскому мастерству

Приложение №3 - Театральные игры и упражнения для снятия физических и психологических зажимов

Приложение №4 - Игры-разминки

Приложение №5 Практические задания на внимание, воображение, фантазию и освобождение мышц

Приложение №6 – Календарно- тематическое планирование

Список литературы

Литература для педагога:

1. Плужникова О.А. «Любимые праздники нашего класса», Ярославль: Академия развития, 2009. – 160с.
2. Праздники в школе. Сценарии. Авт.-сост. И.И.Скрипник.- П68 М: АСТ; Донецк: Сталкер,-288с.
3. Театральная карусель: инсценированные сказки/ авт.-сост.Е.А.Гальцова.- Волгоград2009.-215с.
4. Ушакова О.Д. Пословицы, поговорки и крылатые выражения: Словарик школьника. - СПб.: Издательский Дом «Литера»2008.-96с.

Литература для обучающихся:

1. Г.Х.Андерсен Сказки «Омега»
2. Спешите делать добрые дела: рассказы - С71 М.: Дет.лит.,2013.-349с.
3. Сказки зарубежных писателей. - М.: Эксмо, с42 2012.- 320с.
4. Корней Чуковский Мойдодыр Профпресс
5. Ханс Кристиан Андерсен Мир сказок Андерсена». РИО «Самовар1990» «Царевна-лягушка» и другие сказки. – М.: РОСМЭН-ПРЕСС,2011.-64с.
6. Ханс Кристиан Андерсен Снежная королева.-ООО «Стрекоза-Пресс», 113054, г.Москва, ул.Бахрушина, д.21, стр.3.
7. Михалков С.В. Басни. - ООО «Издательство «Эксмо»
8. Сказки на ночь.-М.:Изд-во Эксмо, 2004.- 160.,илл.
9. Степанов Владимир Александрович. В новогоднем лесу. - Филиал ООО Издательская Группа «Азбука-Аттикус»
10. Крылов И.А. Басни. - М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.- 96с.
11. Льюис Кэрролл Алиса в стране чудес ООО Издательская Группа «Аттикус»
12. Русские волшебные сказки Издательский Дом»Проф-Пресс»
13. Пушкин Александр Сергеевич Сказки ООО «Издательство «Эксмо»
14. Уникальный иллюстрированный толковый словарь пословиц и поговорок для детей Автор-составитель Зигуненко Станислав Николаевич ООО «Издательство «АСТ»
15. Любимые сказки «Золушка», Disney 2009г, Россия.

Интернет ресурсы:

1. <http://www.solnyshko.ee/> - Детский развлекательно-познавательный портал "Солнышко". Для детей - развлечения (игры, мультфильмы, сказки, раскраски) и полезные материалы ("почемучка", советы Поварешкина, рассказы о зверятах, уроки хороших манер), масса стишков и загадок, собранных по темам, пословицы, сценарии к детским праздникам.
2. <http://www.lukoshko.net/> - Лукошко сказок. Сайт предлагает сказки, стихи и рассказы для детей. Здесь можно найти русские народные сказки и сказки других народов, рассказы о животных, стихи и песни для детей.
3. <http://detstvo.ru/> - Детство. На сайте имеется электронная детская библиотека, кулинарная книга, песни и сказки. Кроме того, можно прослушать он-лайн программы детского радио.
4. <http://www.danilova.ru/> - Раннее развитие детей. На сайте представлены публикации по раннему развитию детей, книги для родителей и детей. Методика и опыт обучения по кубикам Зайцева. Раннее обучение математике. Простая и удобная поисковая система.
5. <http://talant.spb.ru/> - Созидание талантов. Сайт Общества раннего детского обучения, создаваемый психологами, журналистами и педагогами и содержащий различные материалы, интересующихся вопросами раннего обучения и развития детей.

ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ГБУ «СРЦН Вачского района» 20____/20____учебный год

Вид аттестации _____

Творческое объединение _____

Образовательная программа и срок ее реализации _____

Количество обучающихся _____

ФИО педагога _____

Дата проведения аттестации _____

Форма проведения _____

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий) _____

РЕЗУЛЬТАТЫ АТТЕСТАЦИИ

№	Фамилия, имя обучающегося	Результат аттестации
1		
2		
3		

Всего аттестовано _____ обучающихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень _____ чел.

средний уровень _____ чел.

низкий уровень _____ чел.

Подпись педагога _____

**«Этюды и упражнения на занятиях по актёрскому
мастерству»**

Этюды на память физических действий и действий в различных обстоятельствах. Предложите ребятам пофантазировать и выполнить действия на заданную тему. Но попросите, чтобы эти действия были расширенными. Например, этюд «Мою пол». Пусть ребёнок не просто представит, что у него в руках швабра и тряпка, и он моет, а несёт ведро, берёт швабру и тряпку, полощет тряпку в ведре, выкручивает, навешивает на швабру и моет. Затем опять выполаскивает тряпку, выкручивает, выливает воду из ведра, разворачивает тряпку и вешает сушить. Этюд на память физических действий заключается в том, что у ребёнка нет в руках настоящей тряпки, швабры, ведра – это всё воображаемые предметы, которые необходимо представить. Если ребёнку будет сложно выполнять действия, позвольте ему в руки взять настоящую швабру, ведро, тряпку. Пусть проведёт с ними действия, а затем без них. Точно так же - «Подметаю пол».

Зашиваю кофту (взять иголку, нитки, оторвать определённой длины нить, вдеть в иголку, взять вещь и зашить, затем, оторвать нить, вернуть иголку с ниткой на то место, где взяли, посмотреть на вещь, оценить).

Собираю чемодан. Достать чемодан, если он долго стоял, то наверняка на нём будет пыль, стереть пыль, а дальше определите в каком темпе укладываются вещи в него: человек спешит, боится опоздать или от кого хочет сбежать, или собирается в приятное путешествие и для сборов есть много времени. В данной ситуации позвольте ребёнку пофантазировать. Это действия при различных обстоятельствах.

Пью чай. Каждый день мы пьём чай, казалось бы, чего проще показать, как берём чайник, завариваем чай, достаём из шкафа чашку, наливаем чай, кладём сахар, размешиваем. Но это всё не так-то и просто. А ещё чай горячий, ребёнку необходимо попытаться это передать. Замечательно будет, если он сделает и бутерброд.

Ловлю рыбу. Ловить рыбу – это не просто взять удочку, сесть и сидеть какое-то время. Пусть возьмёт наживку, наденет на крючок, а потом ждёт.

Ситуации могут быть разными: долго не клевала, а потом поймалась большая рыба или вначале поймал несколько рыбёшек, а потом клевать рыба перестала, необходимо передать эмоции. Предложите обстоятельства: пошёл дождь или жарко, постоянно кусают комары.

Примерные темы этюдов.

Обедаю в кафе. Занимаюсь рисованием и меняю перегоревшую лампочку. Поливаю и пересаживаю цветы. В лесу летом. Принимаю лекарство от боли в животе. Головная боль и приём лекарства. Стираю. Перелезаю через забор, трясу яблоки и ворую их. Играю на скрипке, виолончели, пианино, гитаре, ударных инструментах. Ловлю бабочек. Глажу. Пишу письмо. Мою окно. Колю дрова. Летом читаю книгу, жарко, мешает пчела. Кормлю птиц. Чищу зубы, умываюсь, вытираю лицо и руки полотенцем. Играю с кошкой. Просыпаюсь. Читаю книгу, засыпаю. Смотрю по телевизору передачу и засыпаю, пробуждаюсь от внезапного стука или звонка. Смотрю футбол, команда забивает гол, пропускает гол. Играю в компьютере. Хожу босиком по стёклам. Плету венок из полевых цветов. Чищу картошку, варю суп. Нахожу муху в тарелке с супом.

После нескольких занятий и выполнения этюдов на заданную тему, предложите ребятам попробовать придумать новые этюды на любую тему. Пусть фантазируют. Но не забывайте контролировать и ненавязчиво корректировать точность передаваемых действий.

Этюды на внимание. Внимание важно не только актёрам, а всем людям, как взрослым, так и детям. Поэтому этюды и задания на внимание могут взять на вооружение все. Но всё будет зависеть от возрастных особенностей детей. Маленький ребёнок не запомнит все предметы, которые находятся в незнакомой комнате, что порой бывает не под силу и подросткам. В тесной взаимосвязи с вниманием находится память. Поэтому мы сразу работаем в двух направлениях.

Зрение.

Для начала предложите такие задания, как запомнить, что находится на столе, что поменялось, какой предмет, или какая вещь исчезли, может быть появилась новая вещь, определить какая именно. Осмотреться и запомнить, что находится в комнате, перечислить, или задаются определённые вопросы, например, сколько стульев находится в данном помещении, что нарисовано на картине, которая висит на стене и т.д.

Дальше предложите быть внимательными друг к другу. Посмотреть друг на друга, запомнить, кто в чём одет, какая обувь, какая причёска, заколки, серёжки и другие детали. Через несколько минут приглашайте к себе ребёнка, пусть повернётся спиной к остальным ребятам и задавайте вопросы. Например, у скольких девочек сегодня заплетены косички, сколько человек сегодня пришли в джинсах, что нарисовано на футболке у Вани и т.д.

Рассматривая предмет и рассказывая о нём, показываем группу предметов ученикам, закрываем их, просим рассказать порядок. Рассматриваем двух человек, находим сходство и различия.

Поставить за ширму всех участников занятия, только, чтобы была видна обувь. Один из участников пытается назвать, как можно имён ребят, кому из них принадлежит обувь.

Показать на плакате несколько написанных цифр или букв, дайте несколько секунд на запоминание, затем пусть перечислят очередность написанного на плакате. Чтобы проверить долгосрочную память ребят, отложить плакат в сторону, в течение всего занятия не напоминая про него, а в конце занятия попросите назвать, то, что там написано и последовательность.

Вкус.

Пью горячий чай, пью кислый напиток, ем невкусную кашу, выпиваю напиток с ядом, определить вкус во рту.

Слух.

Слушаю только то, что в данной комнате. Два человека читают вслух, одна группа слушает одного, другая – другого. Слушаю, что за дверью. Определить звук на слух. Определить по голосу участника.

Осязание.

Определить на ощупь предметы, вещи. Углубиться в осязание одного предмета.

Обоняние.

Сравнить запахи двух предметов. Неприятный запах, ароматный запах. Нюхаем лук.

Этюды на фантазию.

Я неодушевлённый предмет, вещь, мебель: история жизни предмета, вещи, мебели. Например, башмаки, сапоги: два участника, один из них играет роль старого башмака, другой –

только что купленная пара обуви. Между ними происходит диалог, как живётся старому предмету, какое у него настроение, что с ним происходит, что с ним может в дальнейшем произойти, какая участь его ожидает. Вот новый башмак, какой он по своему «характеру». Заносчивый, ни во что не ставит старый башмак, не обращает на него никакого внимания, брезгливо посматривает на него и сторонится, отворачивается. А может быть издевается над ним, и говорит, что он ни кому уже ненужный башмак, с оторванным подошвой, посмеивается над ним. Но может быть и другой вариант, новый башмак с сожалением разговаривает со старым башмаком, сочувствует ему и думает о том, что рано или поздно и его такая же участь ждёт, поддерживает его, как может. Какова реакция старого башмака будет. Пусть дети придумают истории жизни старого башмака: как ему жилось, заботливый ли был у него хозяин, чистил ли он обувь, ухаживал ли ней, или наоборот.

Несколько предметов: фантазировать картину и события по поводу их. Фантазировать в заранее данных условиях: обуславливается время, место и количество действующих лиц.

Упражнения на освобождение мышц. Дети на занятиях зажаты не только психологически, но и физически, или наоборот очень «раскрепощены», что порой не могут себя остановить и сконцентрироваться.

Постепенно напрягать тело, например, от ступней до колен, потом освобождать. Напряжение и освобождение рук. Менять расположение тела по сигналу. Кулак-сосредоточить всю энергию в кулаке, стараясь ударить. Злость: напряжение и освобождение мышц тела. «Красим забор». «Достаём предмет с высоко расположенной полки», «Марионетки».

Этюды и упражнения на движение.

«Походка на пружинных ногах». «Хромота». «Не разбудить» (пройтись по комнате, взять предмет и тихонько выйти из комнаты). «Вор» (пройтись крадучись, с опаской оглядываясь, схватить предмет и скрыться).

«Движение» обучающихся по комнате, стараясь не задеть друг друга. «Перемещение» с предметами в руках (со стульями, не задевая друг друга). Можно попросить выстроиться в определённой

последовательности. Наметить ряд движений и добиться лёгкости и чистоты перехода.

Этюды на органическое молчание для двоих.

- 1) Девочка хочет сказать своей подруге очень неприятную новость, но не решается.
- 2) На остановке встретили два человека, которые когда-то были знакомы, каждый не хочет подать виду, что узнал другого, и боится, что тот его узнает.
- 3) Два друга поругались. Оба хотят помириться, но не решаются сделать первыми шаг на примирение.

Этюды на органическое молчание для нескольких человек.

- 1) В коридоре больницы, у кабинета к зубному врачу очередь.
- 2) Каждый знает, что среди них, есть вор, каждому хочется узнать, кто он.
- 3) ЕГЭ. Все сдали экзамен, ждут результатов.
- 4) Большая очередь в магазине, касса сломалась.

Этюды на общение.

- 1) В школе девочка обвиняет другую за то, что из-за неё она получила двойку.
- 2) В автобусе. Кондуктор и пассажир.
- 3) Занять деньги. Один просит в долг, другой сомневается в том, отдаст он или нет.
- 4) Двойка. Ребёнок получил двойку, оправдывается, родители ругают.
- 5) Разбитое окно. Директор, ученик, родитель.
- 6) Телефонный разговор. Ошиблись номером, завязывается разговор.
- 7) В магазине. Продавец покупателю продал испорченный продукт.

Музыкальные этюды. Музыка помогает фантазировать, думать, размышлять. Включайте разнообразную музыку, пусть закроют глаза и попытаются что-то представить. Задаём вопросы - Кто? Когда? Где? Для чего? Почему? Что делает? Предложите ребятам побыть в качестве сценаристов, придумать маленький сюжет на заданную музыку и воплотить его на сцене.

Упражнения «действие ради чего-нибудь».

Сидеть:

- чтобы отдохнуть,
- чтобы спрятаться, притаиться, чтоб не нашли,
- чтобы слушать, что делается в соседней комнате,
- чтобы смотреть, что делается на улице,
- ожидать своей очереди к доктору,

- читать газету,
- чтобы умножить 268 на 47,

- что-то вспоминать.

Войти в дверь:

- встретиться с близкими,
- чтобы испугать,
- подсмотреть.

Ходить:

- обдумывать или вспоминать что-нибудь,
- считать шаги, измеряя помещение,
- ожидая кого-то,
- караулить,
- умирить свой гнев, волнение, попробовать успокоиться,
- чтобы согреться,
- взбодриться и не заснуть.

Стоять:

- чтобы притаиться и не обращать на себя внимание,
- ожидать очереди,
- никого не пропускать,
- чтобы лучше видеть.

Существует огромное количество упражнений и этюдов, которые помогают педагогу в работе с детьми раскрывать и развивать творческие способности. Творческий процесс становится разнообразным и полезным для обучающихся, главное, чтобы не было муштры и занятия были в удовольствие детям, а соответственно и педагогу. Системность выполнения тренировочных упражнений принесут свои плоды.

Приложение 3

Театральные игры и упражнения для снятия физических и психологических зажимов

ЦЕЛЬ:

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

Универсальная разминка.

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

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

1. Голова, шея

Упражнение 1

Исходное положение: стоя, тело расслаблено.

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

Упражнение 2

Исходное положение: стоя, тело расслаблено. На счет “раз” голова опускается на грудь.

Не возвращаясь в исходное положение, на счет “два”, “три”, “четыре” броском перевести голову вправо, назад, влево. Повторить 4 раза в одну и другую стороны.

Упражнение 3

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

2. Плечи, грудная клетка:

Упражнение 4

Исходное положение: стоя, мышцы максимально расслаблены.

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

Упражнение 5

Исходное положение: стоя, мышцы расслаблены.

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

КРЕСТ. Выполняется как горизонтальной, так и вертикальной плоскости.

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

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

КВАДРАТ: вперед – вправо – назад – влево.

3. Пояс, тазобедренная часть:

Упражнение 6

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

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

Упражнение 7

Разминка тазобедренной части (пелвиса)

Основные виды движений;

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

Техника исполнения движений:

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

Во время выполнения движений подключить движения головы.

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

4. Ноги, руки.

Упражнение 8

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

Упражнение 9

“Пальма”

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

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

Коллективные упражнения

Упражнение 10

Превращения “Песок” “Камень”

Цель: снять напряжение со всего тела.

Упражнение 11

“Буратино и Пьеро”

Цель: развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

Упражнение 12

“Марионетки 1”.

Цель: Снятие зажимом с частей тела.

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

Упражнение 13

“Ледяная фигура”

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

Упражнение 14

“Марионетки”

Цель: развивать умение владеть своим телом, ощущать импульс.

Упражнение 15

“Зернышко”

Цель: тренировать веру, фантазию и пластическую выразительность.

Упражнение 16

“Мокрые котята”

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

Упражнение 17

“Веревочка”

Цель: Снятие зажимом с частей тела.

Руководитель по хлопку дергает за веревочку:

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

Упражнение 18

“Выстрелы”

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

Упражнение 19

“Мертвец”.

Цель: Снятие зажимом с частей тела.

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

Упражнение 20

“Жизнь бабочки”.

Цель: Снятие зажимом с частей тела. Пластика тела.

Упражнение 21

1. Стоя на месте:

- Потянуться вверх (яблоко);
- В сторону (что-то достать);

- Вперед (дотянуться до чего-то);
- Вниз (шнурки)
- 2. Пройти в “окраске”:
 - Осторожности;
 - Любопытства;
 - Угрозы;
 - Тревоги.
- 3. “Хожу”, чтобы:
 - согреться;

Приложение 4

Игры - разминки

1. Речевой тренинг

- Разогревающий массаж
- Артикуляция
- Дыхание
- Масочный звук и посыл
- Логика речи

2. Упражнения по актерскому мастерству.

- Внимание
- Воображение
- Упражнения на развитие воображения для создания предлагаемых обстоятельств.
- Этюды (или репетиция спектакля)

Требования к упражнениям

1. Вера в предлагаемые обстоятельства
2. Быть серьезным при исполнении заданий
3. Внимательно и благожелательно относиться к тому, что делают другие.

Каждый педагог выбирает упражнения, представленные в этом пособии (Приложение 1), по своему усмотрению. Игровые упражнения нужно менять чаще, чтобы у детей не пропал интерес к ним. При выборе упражнений, нужно также учитывать поставленную задачу на конкретное занятие. Если вы проводите разминку перед репетицией, то она не должна превышать 20-40 минут (в зависимости от возраста детей). Все этюды на 1 году обучения желательно проводить без слов. Чтобы дети учились действовать, а не прятаться за текст. Познакомьте детей с основными принципами поведения на сцене: Я ВИДЕН, Я СЛЫШЕН, Я НИКОМУ НЕ МЕШАЮ.

И еще, дети должны знать, что спектакль играется: *для глухих* (значит наши действия, движения, пластика должны быть очень выразительными, чтобы человек понял по ним суть спектакля) и *для слепых* (наша речь должна быть четкой, громкой, богатой интонациями).

РАЗОГРЕВАЮЩИЙ МАССАЖ.

Массирование (1 – 1,5 минуты) Разогревающий массаж начинают с массирования лба от переносицы к вискам. Перед началом потрите ладони друг о друга, чтобы они стали теплыми, а затем с лёгким усилием проведите подушечками пальцев от переносицы к вискам. Делайте это достаточно быстро и энергично. Показатель того, что вы делаете правильно, - лбу стало тепло. После этого переходите к массированию нижнечелюстных мышц от носа к уху. Время и методика массирования те же. Не давайте остывать лбу, время от времени возвращаясь к началу. Совершенно аналогично проводится массирование верхнечелюстных мышц от носа к уху и массирование носовых пазух от начала бровей до верхней губы.

Постукивание (1 – 1,5 минуты). Постукивание проводится по тем же местам, что и массирование, с той же интенсивностью и энергичностью. Постукивают одновременно обеими руками. Работают попеременно по три пальца на каждой руке: указательный, средний и безымянный. Постукивают для разогрева ещё и губы. Это постукивание проводится одной рукой, теми же тремя пальцами и со звуком «з – з – з».

Вибрационный массаж.

Массируя мышцы, участвующие в голосообразовании, разогреваем их, предупреждая тем самым мышечные зажимы, способствуя вольному свободному течению звука.

Вибрационный массаж делаем открытой расслабленной ладонью, начиная с ног и по всему телу до плеч. Особое внимание обращаем на массаж грудной клетки и рёбер.

Массаж делается именно открытой ладонью, устанавливающей с телом открытый, позитивный, мягкий контакт. Массаж проводится в игровой форме – представляем себе, что наши руки подобны веникам в бане, и мы паримся ими, испытывая огромное удовольствие.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Прежде чем выполнять артикуляционные упражнения, педагог объясняет детям, что губы должны двигаться не горизонтально, т.е. в растянутом положении (в этом случае возникают губные и челюстные зажимы), а вертикально, вместе с движением челюсти. Гимнастику удобнее делать, глядя в зеркальце.

«Назойливый комар» (подготовительное упражнение – разогревает мышцы лица)

Представим, что у нас не рук, ног, а есть только лицо, на которое постоянно садится неугомонный комар. Мы можем отогнать его только движением мышц лица. Внимание на дыхании не акцентируется. Главное – гримасничать как можно более активно.

«Хомячок». Пожевать воображаемую жвачку так, чтобы двигалось все лицо. Начиная со второго раза добавить хвастовство. Участники разбиваются по парам и хвастаются лицом друг перед другом, у кого вкуснее жвачка.

«Рожицы». Поднять правую бровь. Опустить. Поднять левую бровь. Опустить. Поднять и опустить обе брови. Не раскрывая губ, подвигать нижней челюстью вверх, вниз, вправо, влево. Пораздувать ноздри. Пошевелить ушами. Только лицом сделать этюд «Я тигр, который поджидает добычу», «Я мартышка, которая слушает». Вытянуть лицо. Расплыться в улыбке. Не разжимая зубов, поднять верхнюю губу и опустить ее. Прodelать то же самое с нижней губой. Скорчить рожицу «кто смешнее», «кто страшнее».

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ГУБ

Улыбка – хоботок

Максимально вытягиваем губы вперёд, сложив их хоботком, затем как можно больше растягиваем в улыбку. Всего 8 пар движений.

Часы

Губами, вытянутыми вперёд хоботком, описываем круг по часовой стрелке и обратно. Можно предложить ребятам взять вытянутыми вперед губами карандаш и написать им в воздухе своё имя.

«Веселый пятачок»:

а/на счет раз сомкнутые губы вытягиваются вперед, как пятачок у поросенка; на счет «два» губы растягиваются в улыбку, не обнажая зубов;

б/ сомкнутые вытянутые губы(пятачок) двигаются сначала вверх и вниз, затем вправо и влево;

в/ пятачок делает круговые движения сначала в одну сторону, потом в другую.

Заканчивая упражнения, детям предлагается полностью освободить мышцы губ, фыркнув, как лошадка.

Шторки

Сначала поднимаем вверх только верхнюю губу, затем опускаем вниз только нижнюю, а потом совмещаем эти движения со звуками:

- «в» - верхняя губа поднимается вверх;
- «м» - возвращается на место;
- «з» - нижняя губа опускается вниз.

Затем попеременно натягиваем верхнюю губу на верхние зубы, нижнюю – на нижние.

Для того чтобы губы двигались вертикально, можно приставить указательные пальцы к щекам, как бы ограничивая пальцами возможность растягивания губ.

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ЯЗЫКА

Уколы

Делаем «уколы» напряженным языком попеременно в правую и левую щеки. Губы при этом сомкнуты, а челюсти разомкнуты.

Змея

Высовываем язык вперед и, как змея, делаем быстрые уколы.

«Самый длинный язычок». Высунуть язык как можно дальше и попытаться достать им до носа, а затем до подбородка.

Чаша

Широко открыв рот, выдвигаем вперёд язык, приподнимая его кончик таким образом, чтобы язык приобрёл форму чаши, и в таком виде убираем его в рот.

Коктейль

Представляем, что наш язык – это трубка, через которую мы пьём вкусный коктейль. Упражнение выполняется на вдохе.

Львёнок и варенье

Представляем себя львёнком, который весь, от кончиков усов до кончика хвоста, перепачкан вареньем, и нам нужно слизать это варенье огромным длинным языком. Мы «облизываемся», начиная с подушечек пальцев рук и заканчивая пальцами стоп.

«Жало змеи». Рот открыт, язык выдвинут как можно дальше вперед, медленно двигается вправо-влево.

«Конфетка». Губы сомкнуты, языком за ними помещаем «конфетку» вправо-влево, вверх-вниз, по кругу.

«Колокольчик». Рот приоткрыт, губы округлены, язык бьется о края губ, как язычок звонкого колокольчика.

«Язык на ребро». Поставить язык на ребро между челюстями, раскрыв рот. Затем перевернуть язык на другое ребро. Добиваться быстроты выполнения упражнения.

Зарядка для шеи и челюсти

1. Наклонить голову то к правому, то к левому плечу, затем катать ее по спине и груди
2. **«Удивленный бегемот»:** отбросить резко вниз нижнюю челюсть, рот при этом открывается широко и свободно.
3. **«Зевающая пантера»:** нажать двумя руками на обе щеки в средней части и произносить «вау, вау, вау...», подражая голосу пантеры, резко опуская нижнюю челюсть широко открывая рот, затем зевнуть и потянуться.
4. **«Горячая картошка»:** положить в рот воображаемую горячую картофелину и сделать закрытый зев (губы сомкнуты, мягкое небо поднято, гортань опущена).

Упражнения со звуками

«Треугольник». С предельно точной артикуляцией и даже нарочито педалируя каждое положение губ произносятся гласные в следующем порядке: «а-о-у-э-ы-и». Со второго раза добиваться того, чтобы звук летел как можно дальше.

«Я» (из упражнений Е. Ласкавой). Участнику становятся полукругом, и каждый, выходя к залу, прикладывает руку к груди, а затем, выбрасывает её вперед с разворотом ладони кверху, произносит «я». Задача – послать звук вместе с рукой как можно дальше. Думаю,

что не будет большой разницы, если вместо «я» будут произносятся буквы из треугольника.

«Соединение гласной и согласной». В этом упражнении важно чётко и одновременно быстро произнесение однотипных слогов. Сначала к одной согласной присоединяются все гласные «треугольника», потом к другой и т.д. Цепочка буквосочетаний такова: «ба – ба – ба – ба – бо – бо – бо – бо – бу – бу – бу – бу – бэ – бэ – бэ – бэ – бы – бы – бы – бы»; буквосочетание с «и» произносится один раз и длинно.

«Парные» согласные». Ребята в полукруге хором попарно произносят пары согласных. Вот эти пары: д – т, г – к, б – п, в – ф, ж – ш, з – с.

«Сложные звуко сочетания». Дети стоят боком к преподавателю. Одна рука на груди, а вторая на поясе. Вперед выбрасывается рука, которая на груди, и вместе с ходом

руки произносится одно из следующих звуко сочетаний: «рство», «пктрча», «пство», «ремкло».

«Эхо». Ученики разбиваются на две команды, становятся в разные концы комнаты. Первая кричит «ау-у-у», вторая отзывается им эхом «ау-у-у», первая повторяет эхом эхо «ау-у-у» и так до затихания звука.

«Звуки».

БАП-БОП-БУП-БЭП-БЫП-БИП

ТАТ-ТОТ-ТУТ-ТЭТ-ТЫТ-ТИТ

МАМ-МОМ-МУМ-МЭМ-МЫМ-МИМ

ПТКА-ПТКО-ПТКУ-ПТКЭ-ПТКЫ-ПТКИ

ПТКАПТ-ПТКОПТ-ПТКУПТ-ПТКЭПТ-ПТКЫПТ-ПТКИПТ

ПДГА-ПДГО-ПДГУ-ДПГЭ-ПДГЫ-ПДГИ

БДГАБДТ-БДГОБДТ-БДГУБДТ-БДГЭБДТ-БДГЫБДТ-БДГИБДТ

«Чистоговорки»

В сценической речи используются ЧИСТОГОВОРКИ. Это те же тексты, что и скороговорки, но внимание их обращается не на скорость произношения, а на чистоту проговаривания.

Вот некоторые упражнения с чистоговорками.

Участники стоят в кругу и по очереди вспоминают чистоговорки. Каждый по одной. Это упражнение помогает сосредоточиться при внимании к участнику большого количества людей (зал).

«Сплетня». С помощью разных чистоговорок участники передают друг другу новость. Упражнение может использоваться и в разделе «Логика речи». Только там основной акцент будет сделан на новость, а здесь на чёткость произнесения.

«Переброс». (из упражнений Е. Ласкавой). Участники стоят в кругу, у одного из них в руках мячик. Тот, у кого в руках мяч, произносит чистоговорку и отправляет последнее слово и мячик партнеру через круг.

«Чистоговорка в образе». (из упражнений Е. Ласкавой). Участники по одному выходят в круг и произносят одну и ту же чистоговорку, но в разных, заранее заданных педагогом образах. Например, сказать: «От топота копыт пыль по полю летит» - как учительница русского языка, читающая диктант. Ту же чистоговорку – как её скажет преподаватель по речи и т.д.

СКОРОГОВОРКИ

Шила Саша Сашке шапку.
Шла Саша по шоссе и сосала сушку.
Везёт Сенька Саньку с Сонькой на санках.
Шесть мышат в камышах шуршат.
Сыворотка из-под простокваши.
Оса уселась на носу, осу на сук я отнесу.
Шли сорок мышей, несли сорок грошей; две мыши поплоше несли по два гроша.
Мыши сушки засушили, мышки мышек пригласили, мышки сушки кушать стали, мышки зубки поломали!
Кукушка кукушонку купила капюшон.
Щетинка – у чушки, чешуя – у щучки.

Слишком много ножек у сороконожек.
Испугались медвежонка ёж с ежихой и ежонком.
Жук, над лужею жужжа, ждал до ужина ужа.
Жужжит над жимолостью жук, зелёный на жуке кожух.
Лежебока рыжий кот отлежал себе живот.
Наш Полкан попал в капкан.
От топота копыт пыль по полю летит.
Ткёт ткач ткани на платок Тане.
Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка бела губа была тупа.
Перепел перепёлку и перепелят в перелеске прятал от ребят.
Сшит колпак не по-колпаковски, вылит колокол не по-колоколовски. Надо колпак переколпаковать, перевыколпаковать; надо колокол переколоколовать, перевыколоколовать.
Клала Клара лук на полку, кликнула себе Николку.
Карл у Клары украл кораллы, а Клара у Карла украла кларнет.
На дворе – трава, на траве – дрова.
Три сороки – тараторки тараторили на горке.
Три сороки, три трещотки, потеряли по три щётки.
У калитки – маргаритки, подползли к ним три улитки.
По утрам мой брат Кирилл трёх крольчат травой кормил.
Мокрая погода размокропогодилась.
Полпогреба репы, полколпака гороха.
Кот ловил мышей и крыс, кролик лист капустный грыз.
Улов у Поликарпа – три карася, три карпа.
У Кондрата куртка коротковата.
Съел Валерик вареник, а Валушка – ватрушку.
Пришёл Прокоп – кипел укроп, ушёл Прокоп – кипит укроп, как при Прокопе кипел укроп, так и без Прокопа кипит укроп.
Король – орёл, орёл – король.
Турка курит трубку, курка клюёт крупку.
Собирала Маргарита маргаритки на горе. Растеряла Маргарита маргаритки на дворе.
Бобр добр для бобрят.
Гравер Гаврила выгравировал гравюру.
Орёл на горе, перо на орле. Орёл под пером, гора под орлом.
Повар Павел, повар Пётр. Павел парил, Пётр пёк.

В аквариуме у Харитона четыре рака да три тритона.
Еле-еле Лена ела, есть из лени не хотела.
Милая Мила мылась мылом.
Мы ели-ели линьков у ели... Их еле-еле у ели доели!
У четырёх черепашек по четыре черепашонка.
Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали.

Вёз корабль карамель,
Наскочил корабль на мель.
И матросы две недели
Карамель на мели ели.

Хохлатые хохотушки хохотом хохотали.
Из-под пригорка, из под подвыподверта, зайчик приподвыподвернулся.

ДИАЛОГИЧЕСКИЕ СКОРОГОВОРКИ

- Расскажите про покупки.
- Про какие про покупки?
- Про покупки, про покупки, про покупочки свои.

Мышонку шепчет мышь:
«Ты всё шуршишь, не спишь!»
Мышонок шепчет мыши:
«Шуршать я буду тише».

Краб крабу сделал грабли,
Подал грабли крабу краб:
- Грабь граблями гравий, краб!»

Игры со скороговорками:

- 1) «испорченный телефон» - играют две команды. Капитан каждой получает свою скороговорку. Выигрывает та команда, которая по сигналу ведущего быстрее передаст скороговорку по цепи, и последний представитель которой лучше и точнее произнесёт её в слух;
- 2) «ручной мяч» - ведущий подбрасывает мяч и называет имя какого – либо ребёнка. Тот должен быстро подбежать, поймать мяч и произнести скороговорку и т.д.;
- 3) вариант «ручного мяча» - дети стоят в кругу, в центре – ведущий с мячом. Он бросает мяч любому ребёнку, тот должен его поймать и быстро произнести скороговорку. Если ребёнок не сумел поймать мяч или не смог чётко произнести скороговорку, он получает штрафное очко или выбывает из игры;
- 4) «змейка с воротцами» - дети двигаются цепочкой за ведущим и проходят через воротики, образованные двумя последними детьми. Тот ребёнок, перед которым воротики захлопнулись, должен произнести любую скороговорку. Если он сделает это хорошо, воротики открываются, и игра продолжается, в противном случае ребёнок повторяет скороговорку;
- 5) «фраза по кругу» - дети, сидя по кругу произносят одну и ту же фразу или скороговорку с различной интонацией; цель – отработка интонации;
- 6) «главное слово» - дети произносят скороговорку по очереди, каждый раз выделяя новое слово, делая его главным по смыслу.

Скороговорки можно разучивать в движении, в различных позах, с мячом или со скакалкой.

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

«Свечка». Участники ставят палец перед ртом. Набирается и устанавливается правильное дыхание, после чего воздух выпускается тоненькой струйкой, так чтобы «пламя свечи» не колыхнулось.

«Погреем руки» (из упражнений Е. Ласкавой). Участники ставят перед ртом ладонь и широко раскрытым ртом медленно выпускают воздух на ладошку.

«Разброс» (из упражнений М. Гансовской). На входе прыжком широко расставляются ноги и в разные стороны раскидываются руки. На 4, 8 или 12 счетов выдыхается воздух и собирается всё тело вместе.

«Снайпер». То же, что и «свечка», но воздух выдыхается одномоментно и за максимально короткое время.

«Упрямая свечка». То же, что и «снайпер», но воздух выдыхается в несколько приёмов без дополнительного добора дыхания

«Комарик». * Участники становятся в шахматном порядке. Руки в стороны. Перед носом у каждого вьётся со звуком «з – з – з – з» «комарик». Звук произносится на выдохе, на одном дыхании. На выдохе руки медленно сводятся, и в конце дыхания «комарик» прихлопывается.

«Насосик». Участники разбиваются на пары, один из пары – мячик, второй – насосик. Вначале «мячик» сдут, то есть ребёнок в максимально расслабленной позе сидит на корточках на полу. «Насосик» со звуком «пс» и сгибается в пояснице до прямого угла «накачивает» «мячик». Каждое выпрямление – вдох, каждый наклон – выдох. «Мячик» постепенно «надувается». При этом воздух набирается дискретно, порциями. Когда «мячик» надут, «насосик», выдёргивает «затычку», и «мячик» со звуком «ш - ш - ш» сдувается. Выдох происходит длительно. Потом участники меняются ролями. Это упражнение хорошо тем, что каждый ребёнок проходит тренинг на тактированные и на длительные вдох и выдох.

«Счёт». Распределить выход на заранее заданное количество счетов: четыре, восемь, двенадцать, шестнадцать. Количество счетов обычно даётся кратным четырем, но Е. Ласкавая делает счет кратным трём. Большое значение в кратности трём или четырём я не вижу. Это упражнение, я обычно сопровождаю движением руки. Пока рука двигается в одну сторону, произносится одна цифра (один раз непрерывным звуком), пошла рука в другую сторону – следующая (и тоже один раз непрерывным звуком).

«Егорка». : «Как на горке на пригорке жили тридцать три Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка...» и т.д. Перед началом счёта Егорки подбирается дыхание. Это упражнение хорошо тем, что наглядно показывает, насколько ученики смогли продвинутся по сравнению с прошлым разом.

Очень важно помнить, что время выполнения каждым учеником каждого дыхательного упражнения индивидуально и определяется тем, насколько хватит дыхания у конкретного ребёнка. Нельзя поощрять у детей *стремление* быть в этих упражнениях первыми, так как это плохо отражается на связках.

Скакалка

Произносится текст ритмичного стихотворения, дети прыгают со скакалкой, чётко отслеживая доборы воздуха.

Катер, катер, белый катер

Белый, белый катерок

Катит, катит, словно гладит

Скатерть белый утюжок.

«Упражнение с мячом». Стучая мяч об пол читать стихи:

Барабанил в барабан

Барабанщик Андриан

Барабанил, барабанил

Бросил барабан

Пришел баран,

Прибежал баран,

Прободавал барабан

И пропал барабан

«Перед сном»

Лечь на пол на спину, положить руку на живот. Полностью расслабить все мышцы и, вспоминая, как умиротворённо дышится перед сном, попытаться отследить технологию этого вдоха. Затем следует обратить внимание на положение живота, диафрагмы, грудной клетки в процессе дыхания и попытаться мысленно зафиксировать это положение.

Необходимо повторить вдох, сознательно утрируя движение мышц живота; обратить особое внимание на расслабленность плеч. Когда же ученик понял принцип дыхания и овладел им, приступаем к вариантам упражнения со счётом (выполняются лёжа).

Вдох – задержка дыхания – выдох на счёт. Сначала выдох длится 3 счёта, затем 6, 9 и т.д.

Вдох 5 с. – задержка дыхания 5 с. – выдох 5 с. Повторить 6 раз.

«Поклонение солнцу»

Все стоят по кругу. Ноги на ширине плеч, стопы стоят параллельно, руки свободно опущены вдоль корпуса. На выдохе ладони сложить домиком на уровне груди. Далее:

- вдох – руки и голову поднять вверх;
- выдох – наклон, руки ладонями упираются в пол;
- вдох – левую руку отставить назад, голову поднять вверх;
- выдох – нога возвращается на исходную позицию, голова опущена вниз;
- вдох – выдох – повторить тоже самое с правой ноги;
- вдох – выпрямить позвоночник, голову держать прямо;
- выдох – ладони сложить домиком на уровне груди.

Упражнение выполняется одновременно всеми сначала в очень медленном темпе. Постепенно темп ускоряется до максимально быстрого, затем следует успокоить дыхание. Для этого выполняется специальное упражнение.

«Два вдоха и два выдоха»

Ученики хаотично двигаются по помещению. Дыхание свободно. По хлопку педагога они останавливаются и делают по два вдоха и выдоха. Затем двигаются дальше, меняя

темпа. Хлопок, опять смена темпа и т.д., пока дети не научатся делать вдохи (в живот) и выдохи совершенно синхронно.

«Черепашка-2»

Шею вытянуть вперед – вдох в живот, убрать назад – «холодный выдох» через длинное произнесение звука «п».

«Арлекин»

Вдох в живот – руки от плеча до локтевого сустава зафиксированы параллельно полу, предплечья и кисти свободно висят. «Холодный выдох» через «п» - одно быстрое круговое движение предплечий и кистей рук при закреплённом плечевом поясе. Далее на

каждый выдох скорость движения рук увеличивается, и так до 6 круговых движений на одном выдохе. Затем повторяем движения в обратном порядке, сводя их снова до одного на выдохе. Скорость движения определяет педагог. Амплитуда – максимально возможная.

«Мельница»

Вдох в живот – руки поднимаем вверх. Задержка дыхания. Выдох – наклон, руки опускаем вниз. И так 6 раз. Усложняем упражнения. Вдох – корпус, голову, руки опускаем вниз. Выдох – корпус выпрямляем, руки поднимаем вверх. 6 раз.

«Кофемолка»

Садимся на «мячик». Вдох в живот. Задержка дыхания. Выдох – круговое движение бёдрами: 3 в одну сторону и 3 в другую.

«Катание на мячике»

Из положения «сидим на мячике» перекатываемся с пятки на носок – выдох, с носка на пятку – вдох. Затем, наоборот: с пятки на носок – вдох, с носка на пятку – выдох.

«Тряпичная кукла-1»

Вдох – руки поднимаем вверх «в замок», выдох – бросок расслабленного тела вправо, влево, вперёд.

«Примус»

Резкий вдох в низ живота. На «холодном выдохе» через «п» - резкое поджимание ягодиц.

«Львенок греется»

Мягким, долгим выдохом (как бы беззвучно произносят слог «ха»), который у нас называется «тёплым дыханием», греем последовательно: ладони, локти, плечи, грудь, живот, колени, стопы, «хвост». Упражнение «Львенок греется» всегда последнее в этом блоке, разогреваем им голосовые связки и приступаем к следующему блоку.

«Цветочный магазин»

Представляем, что вошли в цветочный магазин и с удовольствием вдыхаем через нос ароматы цветов. Если ученик точно выполняет задание, то он автоматически пропускает воздух в диафрагму. Выдыхаем через рот, как бы беззвучно произнося «ха» (тёплый выдох).

«Свеча»

Это упражнение включает 3 ступени. Движение каждой повторяем 6 – 8 раз.
1-я ступень: делаем вдох в живот, затем представляем себе, что дуем на пламя свечи очень медленно и ровно, таким образом, чтобы удерживать это пламя в горизонтальном положении.

2-я ступень: упрямая свеча. Мы хотим затушить свечу, но пламя не гаснет. Выдох становится более интенсивным.

3-я ступень: затушу свечу. Теперь делаем сильный резкий выдох, и свеча гаснет.

«Мяч-насос»

Дети распределяются по парам, договариваются, кто из них мяч, а кто насос. Тот, кто изображает мяч, - «сдувается», т.е. сидит на корточках, расслабив корпус. Второй медленно, с усилием опускает корпус вниз, произносит звук «с», - изображает насос. (Данное упражнение и последующие из этого комплекса заимствованы из программы З. Савковой.)

Первый поднимается на вдохе, изображая надувшийся мяч. Затем он сдувается, произнося «пш». Вся группа работает одновременно под счёт педагога. Упражнение повторяется 6 – 8 раз, после чего ребята меняются ролями.

«Дровосек»

Вдох – руки подняты вверх, как бы держат топор. Выдох со словами «и – раз», руки опускаются вниз – раскололи полено. Таким образом, вдох – замах, выдох – удар.

Все эти упражнения направлены на развитие диафрагматического дыхания. В игровом пространстве посредством физических движений, помогающих «открывать» диафрагму, мы постепенно увеличиваем объём воздуха и учимся распределять протяженность и силу выдоха, от которых напрямую зависит долгота и сила звука.

Рождение звука.

Следует обратить внимание на тот факт, что чем конкретнее ученик представляет технологию звукоизвлечения, тем более стабильным он достигает результатов. Мы апеллируем к воображению ребят, добиваясь от них полного сосредоточения на звуке, предлагая умозрительно передвигать его в своём теле и пространстве и, наконец, осознанно овладеть им. Необходимо продолжить все усилия для того, чтобы студийцы учились слышать себя и своих товарищей. Для этого нужно каждый раз обращать их внимание на верный звук, а также на ошибки в звучании и стараться помочь определить причины этих ошибок.

Все последующие упражнения начинаются с правильного вдоха в живот.

«Бамбук»

Ноги на ширине плеч. Расслабленный корпус брошен вниз, дыхание свободное. Очень медленно выстраиваем позвоночник, начиная с копчика, представляя, что каждый позвонок – это звено молодого бамбука. В каждом звене мы умозрительно посылаем звук. Удобнее всего это делать на тихом фоне – прерывисто произнося звук «м». Но в тот момент, когда берётся дыхание, не должно возникать жёстких точек. Когда позвоночник выстроен, бамбук острой стрелой пронзает небо.

«Тряпичная кукла-2»

Это упражнение аналогично дыхательному «Тряпичная кукла – 1», правда на выдохе мы стонем на звук «м».

«Корни»

После полужевка представляем, что наши ноги превращаются в корни деревьев и уходят глубоко в землю, с ними же в землю уходит звук «а».

«Резиновый крег»

Представляем себе, что наши бёдра скованы упругим резиновым кругом, и мы звуком «о» на выдохе отталкиваем его от себя кистями рук и животом.

«Фонарь»

Представляем себе, что в нашей груди находится столп света, который мы со звуков «я» на выдохе выпускаем наружу, освещая им всё пространство вокруг.

«Антенна»

Мы представляем себе, что из нашего темени в небо уходит антенна со звуком «и».

«Разноцветный фонтан»

Произносим весь блок гласных звуков – А, О, Я, Э, И, представленных в предыдущих упражнениях (от «Корней» до «Антенны»). Добиваясь звучания, аналогичного достигнутому: воображаем, что через наше тело пробивается наружу и вверх разноцветный фонтан воды.

«Спираль»

Всё те же звуки прокручиваем по спирали снизу вверх вокруг нашего позвоночника.

«Орган»

Дети лежат на спине, «переливая» любой гласный звук или сонорный «м» по телу от ног до головы.

Игры и упражнения на речевое дыхание.

ИГРА СО СВЕЧКОЙ.

Цель. Развить правильное речевое дыхание.

Ход игры. Детям предлагают сделать бесшумный вдох через нос, затем подуть на горящую свечу, стоящую на некотором расстоянии. Задача в том, чтобы не погасить свечу, а только заставить плавно «танцевать» пламя. Выход делается тонкой упругой и плавной струёй воздуха через плотно сжатые губы. Первый раз упражнение делается с настоящей свечёй. А потом можно играть с воображаемым пламенем.

МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ.

Цель. Та же.

Ход игры. Дети распределяются на две команды. Первая команда с помощью воображаемых соломинок на ровном выдохе выдувает «мыльные пузыри». Надо стараться. Чтобы они лопались не сразу, а становились как можно больше и, отрываясь от соломинки, улетали. Дети второй группы следят за их действиями и одновременно хором или по ролям читают стихотворение Э. Фарджена «Мыльные пузыри»:

Осторожно – пузыри!

- Ой, какие!

- Ой, смотри!

- Раздуваются!

- Блестят!

- Отрываются!

- Летят!

- Мой – со сливу!

- Мой – с орех!

- Мой – не лопнул дольше всех.

УПРАЖНЕНИЯ НА ТРИ ВИДА ВЫДЫХАНИЯ.

Цель. Разогреть мышцы дыхательного аппарата.

1-й вид обслуживает спокойную, плавную звучащую речь.

Свистит ветер - ССССССС...

Шумят деревья - ШШШШШ...

Летит пчела - ЖЖЖЖЖ...

Комар звенит - ЗЗЗЗЗЗЗЗЗ...

2-й вид обслуживает волевою, но сдержанную речь.

Работает насос - ССССС! ССССС! ССССС!

Метёт метель - ШШШШШ! ШШШШШ! ШШШШШ!

Сверлит дрель - ЗЗЗЗЗ! ЗЗЗЗЗ! ЗЗЗЗЗ!

3-й вид обслуживает эмоциональную речь в быстром темпе.

Кошка сердится - Ф! Ф! Ф! Ф!

Пилит пила - С! С! С! С!

Заводится мотор - Р! Р! Р! Р!

Дети могут сами придумывать подобные упражнения и соединять все три вида выдыхания в одном упражнении. Например:

МОТОЦИКЛ

Заводим мотор: Р! Р! Р!... РРРРР! РРРРР! РРРРР! Поехали быстрее и быстрее: РРРРР! РРРРР! РРРРР!

Игры и упражнения на опору дыхания.

ДРЕССИРОВАННЫЕ СОБАКИ

Ход. Выбирается ребёнок – дрессировщик, который предлагает остальным детям – цирковым собачкам решать простейшие задачки, самостоятельно им придуманные. Вместо ответа «собачки» произносят «ав – ав – ав!» соответствующее число раз.

ПТИЧИЙ ДВОР

Ход. Дети воображают, что попали в большой деревенский двор, они должны позвать и покормить всех его обитателей. Дети коллективно или по одному зовут уток (уть – уть – уть – уть), петушка (петь – петь – петь – петь), цыплят (цып – цып – цып), гусей (тега – тега – тега – тега), голубей (гуль – гуль – гуль), вдруг появилась кошка (кис – кис – кис – кис), она попыталась поймать цыплёнка (брысь! брысь!). Курица зовёт разбежавшихся цыплят:

ЭХО (по Н. Пикулевой)

В е д у щ и й

Собирайся, детвора!

Начинается игра!

Да лошадок не жалеи!

Бей в ладошки веселей!

Сколько времени сейчас?

Д е т и

Ра! Ра!

Ра! Ра!

Лей! Лей!

Лей! Лей!

Час! Час!

Сколько будет через час?

Час! Час!

И неправда: будет два!

Два! Два!

Дремлет ваша голова!

Ва! Ва!

Как поёт в селе петух?

Ух! Ух!

Да не филин, а петух?

Ух! Ух!

Вы уверены, что так?

Так! Так!

А на самом деле как?

Как! Как!

Если кто – то закукарекал, отдаёт фант, и игра начинается сначала.

РАЗВИТИЕ МАСОЧНОГО ЗВУКА.

«Болевой зуб». Участникам предлагается представить, что у них очень болит зуб, и они начинают постанывать на звуке «м». Губы слегка сомкнуты, все мышцы свободны. Звук должен направляться в затылок. При выполнении каждый участник должен добиваться, чтобы у него дрожали ноздри, а губам было щекотно.

«Капризуля». Участники изображают капризного ребёнка, который ноет, требует взять его на ручки. Ныть на звуке «н», не завышая и не занижая звука, отыскивая тон, на котором ровно и свободно звучит голос. Затем постучать пальцем сначала по одной ноздре не прерывая звука, потом по другой.

«Идиотики». Участники стоят в полукруге. Нижняя челюсть резко откидывается вниз. Надо постараться, не наклоня головы, положить челюсть на грудь. Язык широкий, вываливается. Упражнение выполняется 7 -8 раз.

«Коровка» и «Коровка бодается». На правильном дыхании и на удобной средней ноте берётся звук «м» с закрытым ртом. Когда слышен каждый голосок и все они примерно равны по силе звука, руководитель уходит в другой конец зала и просит «забодать его», то есть весь звук отправить на него. Когда и это выполнено, руководитель даёт команду: «По моей руке – «идиотики». Рука быстро идёт вниз - вверх и также работает нижняя челюсть. В результате должен получиться звук подобие «м – м – мам – м – м». Обязательно напомните детям, чтобы, выполняя это упражнение, они следили за тем, чтобы ноздри дрожали, а губам было щекотно.

«Баня». (из упражнения Е. Ласкавой). Это упражнение выполняется в двух позициях. Первая позиция. Дети сидят на полу и похлопывают себя по ступням, потом по икрам, потом по коленям, потом по голеникам, потом по бёдрам. Похлопывание производится поочерёдно сначала по одной стороне, потом по другой. Одновременно с похлопыванием произносится нонсерный звук «м» на удобной ноте. Вторая позиция – стоя, и при этом тело согнуто в пояснице. Постепенно тело выпрямляется до вертикального состояния, а в положении стоя похлопывание переходит на живот, спину, грудь. Упражнение хорошо тем, что автоматически включает резонаторы.

«Тёмная ночь». На удобной ноте почти пропеваётся фраза «тёмная ночь». Особенно педалируются звуки «мн» и «н». Во время выполнения упражнения надо следить, чтобы хотя бы звуки «мн» и «н» произносились в соответствии с правилами произнесения масочного звука.

«Мама Милу мыла мылом, Мила мыло не любила». Это упражнение идентично предыдущему. Единственно, что изменено, — это фраза. В процессе выполнения упражнения надо проследить, чтобы оно начиналось и заканчивалось звуком «м». То есть произносится «не любила – м – м», а не «не любила».

Выращивание цветов

Произнося скороговорки и поговорки, основанные на сонорных звуках «н», «м», «л», ребята представляют, что выращивают цветок, которым в данном случае служит открывающаяся кисть руки. Например: «На мели мы налива лениво ловили, и меняли налива мы вам на линия, о любви не меня ли вы мило молили и в туманы лимана манили меня».

РАЗВИТИЕ ДИАПАЗОНА ГОЛОСА

Этажи

Педагог выбирает мальчика, который задаёт самый низкий звук. Все остальные должны подстроиться к нему. Затем ведущий поднимает звук на одну ступеньку вверх, произнося слова: «Второй этаж». Все повторяют эти слова уже в новой «тональности». Третий этаж – ещё одна ступенька вверх. И так до пятого этажа. Затем дети при помощи голоса

«спускаются» в «подвал». Это упражнение можно довести до 15 «этажей», но постепенно, по мере того как у ребёнка будет расширяться диапазон голоса.

Маляр

Ребята красят забор, и в месте с рукой перемещается их голос: «Вверх и вниз, вверх и вниз...»

Колокола

По принципу «этажей» дети опускают и поднимают звук на слоги: «бом», «бим», «дили», «дон» и т.д. Когда максимальный диапазон звучания достигнут, педагог предлагает новое задание. Студийцы распределяются по группам. За каждой закрепляется один из слогов, который произносится в определённом ритме. Когда каждая группа усвоила свою «партию», они объединяются в совместном звучании. Возникает своеобразная полиритмия – гармоничный «колокольный звон».

Это упражнение помогает расширить диапазон голоса, развить умение выдерживать свой ритмический рисунок в речевом многоголосии.

Оркестр

Это упражнение строится по тому же принципу, что и «Колокола». Каждый студиец выбирает себе инструмент. Затем все по очереди «звучащие инструменты» начинают играть в оркестре, чётко выдерживая темп «произведения», которое прямо на занятии импровизируется.

«Самолётик». Все участники делятся на четыре группы. Каждая группа – это один «мотор» «самолёт». Руководитель поочерёдно включает каждый «мотор». «Мотор» «работает» на звуке «а» и очень тихо. Когда все «моторы» «включены», руководитель начинает медленно поднимать руки, увеличивая «мощность» «моторов» до самой высшей точки звучания, потом звук резко снимается.

«Чудо-лесенка». Каждую последующую фразу участники произносят, повышая тон голоса.

Чу-до-ле-сен-кой-шагаю,
Вы-со-ту-я-на-би-ра-ю:
Шаг-на-го-ры,
Шаг-на-ту-чи...
А-подъ-ём-всё-вы-ше, кру-че...
Не-ро-бе-ю, петъ хо-чу,

«Колокольчики». Участники распределяются на две группы, и каждая по очереди изображает звон колоколов: удар – бом! И отзвук – ммм...

БУммм – Боммм! БУммм – Боммм! БУммм – Боммм!

ДИньнь – Доннн! ДИньнь – Доннн! ДИньнь – Доннн!

ЛОГИКА РЕЧИ

«Поставь правильно ударение и правильно услышь его». Задаётся три вопроса с разным логическим ударением, и надо дать ответы именно на эти вопросы.

«Добыл бобыль бобы?»

«Добыл бобыль бобы».

«Добыл **бобыль** бобы?»

«Добыл **бобыль** бобы».

«Добыл бобыль **бобы**?»

«Добыл бобыль **бобы**».

«Окрась текст, своим отношением». Фраза, окрашивается отношением к ударному слову: какой это бобыль умница; и зачем ему эти бобы; да не добыл, а украл и т.д. и т.п.

«Игра в откровенность». Выбирается скороговорка и её текстом высказывается отношение к чему-либо или к кому-либо. Это упражнение делается в трёх вариантах. Во-первых, объяснить с руководителем (он одушевлённый и в достаточной мере нейтрален) на заранее заданную тему (я вас люблю, вы мне надоели, давайте поговорим и т.д.), во-вторых, каждый участник выбирает себе партнёра, и они объясняются на одну тему с помощью чистоговорок. В-третьих, объяснение с неодушевлённым предметом.

«Поговорили». Предлагается сделать этюд на тему фраз: «Не хотите ли чаю?» - «Спасибо, я уже пил». Первой фразой надо:

1. Пригласить на чай.
2. Прогнать из дома.
3. Обслужить в ресторане.

Партнёр в ответ на это должен соответственно:

ИГРЫ «ВЕСЁЛЫЕ СТИХИ» ИЛИ «ЗАБАВНЫЕ СТИХИ»

Цель. Тренировать чёткое произношение согласных на конце слова, учить детей подбирать рифму к словам.

Летний день

Ут-ут-ут-ут - на лугу цветы цветут,
Ют-ют-ют-ют - птички весело поют,
Ят-ят-ят-ят - злобно комары звенят,
Ит-ит-ит-ит - заяц под кустом сидит.

В лесу

Ёт-ёт-ёт-ёт - соловей в лесу поёт,
Ут-ут-ут-ут - у пенька грибы растут,
Ат-ат-ат-ат - под кустом ежи шуршат,
Ит-ит-ит-ит - дятел на сосне стучит.

В зоопарке

Ит-ит-ит-ит - полосатый тигр рычит,
Ёт-ёт-ёт-ёт - медленно змея ползёт,
От-от-от-от - пасть разинул бегемот,
Ут-ут-ут-ут - быстро лебеди плывут,
Ят-ят-ят-ят - обезьянки там шалят.

Творческие игры со словами.

ВОЛШЕБНАЯ КОРЗИНКА

Цель. Развить воображение, пополнять словарный запас, активизировать ассоциативное мышление.

Ход игры. Дети сидят в кругу; педагог, держит в руках корзинку, предлагает сложить в корзинку то, что можно встретить в лесу, или в саду, или в воздухе, или в море, или на грядке; то, что летает, или то, что ползает, и т.д. Дети могут самостоятельно придумать, где искать слово для волшебной корзинки. В подготовительной группе

задания усложняются: например, сложить слова, имеющие отношения к музыке (нота, скрипичный ключ, регистр, ритм, песня и т.д.) или к театру (занавес, афиша, сцена, актёр, репетиция, антракт и т.п.) После этой игры легко перейти к театральным играм на «превращения».

ВКУСНЫЕ СЛОВА

Цель. Расширять словарный запас, воспитывать умение вежливо общаться, действия с воображаемыми предметами.

Ход игры. Дети сидят в кругу, педагог протягивает первому ребёнку ладонь с воображаемой, например, конфетой и, называя его по имени, предлагает угощение. Ребёнок благодарит и «съедает». Затем кладёт на свою ладошку и угощает чем-нибудь вкусным своего соседа. Тот благодарит, «съедает» и угощает третьего ребёнка и т.д.

СОЧИНИ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Цель. Учит детей составлять предложение, развивать воображение, навыки совместной деятельности.

Ход игры. Дети распределяются на несколько команд, получают по 2-3 карточки с изображением различных предметов, специально подобранных из настольных игр типа «лото». Через некоторое время каждая команда произносит составленное предложение.

СОЧИНИ СКАЗКУ

Цель. Развить воображение, фантазию, образное мышление.

Ход игры. Педагог произносит первое предложение, например, «Жил-был маленький кузнечик...», дети по очереди продолжают сказку, добавляют своё предложение.

ВОПРОС – ОТВЕТ

Цель. Учит строить диалог, самостоятельно выбирая партнёра, развивать быструю реакцию.

Ход игры. Ведущий (сначала взрослый, потом ребёнок) произносит реплику и бросает мяч выбранному партнёру, который должен, поймав мяч, ответить на его вопрос. Выполнив задание, ребёнок, в свою очередь, бросает мяч после своей реплики другому партнёру и т.д.

ПРИДУМАЙ ДИАЛОГ

Цель. Строить диалог между двумя героями известных сказок, учитывая характеры и придумывая ситуацию, в которой им пришлось встретиться.

Ход игры. Дети распределяются на пары, им предлагается придумать и сыграть диалог между Колобком и Репкой, Курочкой рябой и Котом в сапогах, Буратино и Малышок, Красная шапочка и Незнайкой. Дети сами могут предлагать известных героев.

РАССКАЖИ СКАЗКУ ОТ ИМЕНИ ГЕРОЯ,

или «МОЯ СКАЗКА»

Цель. Развивать воображение и фантазию, пополнять словарный запас, развивать образное мышление.

Ход игры. Группе детей предлагается вытянуть карточку с изображением разных персонажей, какой –нибудь известной сказки. Каждый ребёнок должен рассказать сказку от имени своего героя.

ПОХОЖИЙ ХВОСТИК

Цель. Учить детей подбирать рифму к словам, пластически изображать подобранное слово.

Ход игры. Дети распределяются на группы (2 – 3), каждой из них предлагается слово, к которому надо подобрать рифму (слово с похожими «хвостиками») и изобразить эти слова с помощью пантомимы. Например, даётся слово «ватрушка», подбираются рифмы:

лягушка, подушка, старушка, кукушка. Петрука, кормушка... Все эти слова можно изобразить с помощью пластики тела.

Слово «шишка» - книжка, мышка, крышка...

ФАНТАЗИИ О...

Цель. Развивать воображение, фантазию, связную образную речь, развивать способность представлять себя другим существом или предметом.

Ход игры. Ребёнок, превращаясь во что-либо или в кого – либо, рассказывает, что вещь чувствует, что её окружает, что волнует, где и как она живёт, и т.п.

Варианты: «Я – утюг», «Я – чашка», «Я - кукла», «Я – кошка, пчела, мячик» - т.п.

РУЧНОЙ МЯЧ

Цель. Пополнить словарный запас, развивать быстроту реакции.

Ход игры. Ведущий поочерёдно бросает каждому ребёнку мяч, называя слово.

Поймавший должен придумать своё слово:

- а) противоположное по значению (день – ночь, горячий – холодный);
- б) определение к данному слову (ёлка – колючая, вол – зубастый);
- в) действие (дерево – растёт, мальчик – бежит).

Внимание

«Путь в школу и домой». Участники сидят в полукругу или в кругу, руководитель предлагает подробно вспомнить путь от дома до школы. Вспомнить надо все, что встречается по дороге: дома, магазины, деревья. Аллеи и т.д. Один человек вспоминает, а остальные дополняют его. Для азарта можно проводить упражнение в форме аукциона. Тот, кто называет что-то последним, получает приз, например конфету-леденец. Можно использовать и другую форму, но обязательно яркую и театрально оправданную. В этом случае можно использовать упражнение и как тренинг на актерское воображение: кто сидит на аукционе? Богат он или нет? С кем пришел на аукцион? И т.д.

«Расклад предметов». Руководитель собирает у участников по одному предмету (часы, брелки, заколки и т.д. и т.п.) Затем участники делятся на две команды, одна раскладывает предметы на столе, потом подходит другая команда и пытается запомнить расположение предметов и отходит, после чего первая команда вновь меняет расположение предметов и садится на свои места, а вторая пытается восстановить первоначальное распределение предметов. Затем первая команда проверяет правильность расположения предметов. Потом команды меняются ролями.

«Арифмометр». Участники садятся в одну линию. Каждый участник получает определенный числовой разряд (единицы. Десятки, сотни, тысячи и т.д.) Каждый разряд работает определенным образом: единицы встают-салятся, десятки приседают, сотни кланяются и т.д. Надо набрать число, определенное руководителем. Это

упражнение можно использовать для отработки каких-то сложных элементов, например, шагов в фехтовании или защит.

«Пишущая машинка». Для этого упражнения желательно, чтобы количество участников было больше двадцати. Участники садятся в полукруг. Каждому присваивается одна-две буквы русского алфавита. Руководитель последовательно задает слово, фразу, текст. Участники хлопками «печатают» текст. Конец слова обозначается общим хлопком, конец фразы – хлопком одновременно с ударом ног. Знаки препинания обычно не выделяются.

«Кто как одет». Один из участников встает на стул, а всем остальным предлагается внимательно осмотреть его. После этого осматриваемый выходит, а руководитель просит что-то описать на нем. Например, сколько пуговиц на одежде. Во что одет. И т.д.

«Мешаем читать». Один из участников садится перед кругом участников и начинает что-то читать. Остальные задают ему разные вопросы. Конечно, вопросы должны быть достаточно тактичными. Водящий должен быстро и достаточно точно отвечать на эти вопросы. После одной - двух минут такого «допроса» книга закрывается и водящего просят пересказать прочитанное.

«Прочитай письмо». Берется лист с печатным текстом, разрывается на клочки. Участнику предлагается сложить страницу так, чтобы он смог прочесть содержание разорванного

«ТеплоходыSOS». Участники делятся на две команды. Команды становятся друг против друга с закрытыми глазами. Одна команда – терпящие бедствие теплоходы, вторая –теплоходы. Спешащие на помощь. Каждый из терпящих бедствие, подает свой неповторимый сигнал, каждый из спешащих на помощь, отвечает тоже своим неповторимым сигналом. Сигналы участники придумывают сами себе, причем сигнал должен быть звуком или набором звуков, но не в коем случае не словом. Выбрав себе пару, «Спасатель» и «спасаемый» по звуку пытаются найти друг друга. Когда сталкиваются – садятся на места. Надо обязательно проверять, нашли ли друг друга именно те, кто искал.

«Испорченный телеграф». Все участники строятся в колонну друг за другом глядя в затылок, кроме одного, первого. Первый стоит ко всей колонне затылком, но лицом к руководителю или ведущему. Ведущий показывает действие (вставить нитку в иголку и пришить пуговицу, приколотить гвоздь молотком, нечаянно ударив по пальцу и т.д.) первому. Первый, после просмотра действия поворачивает к себе лицом

соседа и показывает, то, что он запомнил. Второй повторяет запомнившиеся действия третьему и так до конца колонны. Затем последний показывает всем участникам то, что ему пришло по телеграфу. Ведущий показывает настоящую версию действий. **«Хлопки».** Эта серия состоит из семи упражнений, выстраиваемых по принципу нарастания сложности. В начале каждого упражнения руководитель задает темп, в котором будет проходить упражнение.

Упражнение 1. Участники встают в круг и передают друг другу хлопки по часовой стрелке. После первого круга любой из участников может поменять направление движения хлопков на противоположное. Передавая хлопок, участник поворачивается лицом к тому, кому передает хлопок.

Упражнение 2. Участники разбиваются на четные и нечетные номера и начинают передавать хлопки через одного, то есть четные четным, нечетные нечетным. Передача ведется по часовой стрелке.

Упражнение 3. То же самое, что и упр.2, но только четные передают хлопки по часовой стрелке, а нечетные против.

Упражнение 4. То же самое, что и упр.2,3, но теперь направление движения хлопков произвольно и у четных и у нечетных.

Упражнение 5. Хлопки передаются кому угодно из круга. Передающий должен хлопком максимально точно определить, кому он передает хлопок. Принимающий должен поймать хлопок и передать его дальше. То есть принимающий делает два хлопка: поймал-хлопок, передал – хлопок.

Упражнение 6. То же, что и упр.5, но участники свободно передвигаются в пределах круга.

Упражнение 7. В любом из предыдущих вариантов хлопок передается без хлопка, а одним только взглядом.

«Отстающие движения». Участники встают в два ряда друг против друга. Первый проделывает несколько гимнастических движений. Второй, наблюдая за первым, повторяет его движения с отставанием на одно. Третий наблюдающий за вторым повторяет движения второго с отставанием на одно и так вся группа. Упражнение может идти под музыку, начиная с медленного ритма, ускоряющегося к концу.

«Зеркало». Два участника становятся друг против друга. Один как бы смотрится в зеркало, другой является «отражением» и повторяет все движения первого. Это упражнение имеет ту особенность, что «зеркало» проделывает движения левой рукой в ответ на движения партнера. В этом упражнении важна одновременность, поэтому первый должен начинать движения медленно, чтобы «зеркало» успевало уловить его движения. Движения должны совпадать. Затем участникам можно поменяться ролями.

«Тень». Участник ходит по комнате, за ним идет другой, повторяя его движения и стараясь уловить их ритм. Затем участники меняются ролями.

«Проводник». Создать в комнате или на сцене препятствия из стульев, столов и т.п. «Проводник» ведет группу через препятствия, остальные идут за «проводником» гуськом и повторяют его движения.

«Режиссер и актер». «Режиссер» проделывает какое-нибудь действие. Например, осторожно подходит к двери и слушает. «Актер» наблюдает за ним из зрительного зала, стараясь точно запомнить его движения. Затем повторяет его движения на сцене.

«Узлы и фигуры». Участник завязывает сложные узлы на веревке, галстук, платке или складывает из газеты разные фигуры: петуха, шляпу, лодку и т.п. Остальные наблюдают и повторяют то же самое.

«Мой любимец». Участникам предлагается вспомнить свое домашнее животное и показать его в наиболее характерном для этого животного виде. Сразу оговорите, что вас интересует не внешнее сходство, а внутренний характер любимца.

«Зоопарк». То же, что и упражнение «Мой любимец», но теперь зверь дикий и сидит в клетке. Очень важно не только передать его внешнее поведение, но и понять «человеческие» мотивы его поведения.

«Цирк». Участникам дается задание придумать цирковой номер. Можно в одиночку, можно объединившись с товарищами. Номер должен быть интересным и шуточным.

Понятие о малом, среднем и большом круге внимания.

Участнику предлагается сесть на сцене за столик. На стол кладется предмет (книга), этот предмет является «объектом-точкой»; стол – малым кругом внимания; стулья – средним кругом внимания; а большим кругом внимания является сцена. Участник готовится к экзамену, читает книгу, на столе лежат еще несколько книг, на стульях тоже книги, по краям сцены можно поставить стол, этажерку. Занимающийся отрывается от чтения. Ищет на столике нужную ему для справки другую книгу (малый круг внимания); затем не вставая с места, смотрит, нет ли этой книги на стульях (средний круг внимания) и, не увидев ее там, вновь продолжает чтение («объект-точка»).

Воображение

«Ходьба». Участники становятся в круг в затылок друг другу и идут по кругу. Руководитель командует, в какой среде они идут: по болоту, по снегу босиком, по воде по щиколотку, по колено, по пояс, по грудь, по шейку – и затем в обратном порядке: идут по костру, по раскаленному песку, навстречу ветру и т.д. Сравните, как изменяется шаг в зависимости от среды.

«Оправдание позы». Участники стоят в кругу и начинают двигаться в ритме, указываемом руководителем. (Ритм указывается хлопками. Хлопок – шаг) Ритм ускоряется до бега. По резкому хлопку и команде «Стоп!» останавливаются в той позе, в которой их застала команда. Надо доиграть этюд, считая свою позу изначальной. Спорт и балет запрещены.

«Шкапулка». Участники стоят в кругу лицом к центру, руководитель в центре круга. Участники передают друг другу предмет, а руководитель диктует, какой

предмет очередной участник принимает: шкатулка. Жаба, драгоценное ожерелье, змея и т.д.

«Пристройка». Участники сидят в зале. Выходит первый и занимает какую-то позу. Второй пристраивается к нему таким образом, чтобы их совместная поза могла бы читаться, как начало истории или история целиком. Первый садится на место, а третий пристраивается ко второму. Потом садится второй, и четвертый пристраивается к третьему и т.д. Усложненный вариант выглядит так: первый принимает какую-то позу. К нему пристраивается второй, затем третий и т.д..

«Повтори фигуру». Все участники, кроме одного, выходят за дверь. Оставшийся занимает позу, в которой точно читается какое-то действие (пилит дрова, держит знамя» собирает грибы и т.д) Входит следующий участник, осматривает позу, стараясь понять, что делает его товарищ. Звучит команда руководителя «Свободен». Первый участник садится, а второй повторяет позу первого. Входит

третий и делает все то, что делал второй и т.д. В конце руководитель просит всех занять свои позы и, начиная с последнего, спрашивает, что человек делал.

«Письмо». Участники разбиваются по парам. Все пары получают одно и то же задание: вы получили известие. Один известие принимает, другой его приносит. Разница заданий в том, какое известие: ожидаемое, неожиданное, радостное, грустное, конкретное (повестка в военкомат. Приглашение на свадьбу и т.п.) или абстрактное (страшно вскрыть конверт, неизвестно, что там; хочется поскорее открыть, любопытно, что там, но нечем), комбинация этих вариантов.

«Оркестр». Участники разбиваются на группы и затем выбирают себе каждый по инструменту. Оркестранты садятся и начинают «играть». Они изображают жестами инструмент, а звуками - его звучание.

«Новичок в классе». (вариант «Белая ворона»). Выбирается «Белая ворона», и каждый из участников определяет свою линию поведения с ней. Затем начинается «урок», и каждый старается выразить выбранную им линию через общение с «вороной». Руководитель в этом упражнении играет роль учителя.

«Знакомство в метро». Участники разбиваются по парам и придумывают этюд на тему «Знакомство». В данном случае совершенно это не обязательно, что это метро. Метро здесь взято только потому, что это место вынужденного и достаточно долгого пребывания незнакомых людей вместе и зачастую в весьма неудобном и близком контакте. Но это может быть и школьный вечер отдыха, и очередь за кефиром, и библиотека и т.д. Самое главное здесь – период до первого слова. Как увидели друг друга? Как поняли, что оба хотят этого знакомства? Как решились на первый шаг? И т.д.

«Очередь». Очередь в школьной столовой за булочкой. Каждый из участников выбирает себе какое-то действие в очереди: кто-то завязывает шнурок, кто-то лезет без очереди, кто-то обсуждает с соседом прошедшую контрольную, на кого-то покрикивает продавщица и т.д. Особенность этого этюда в том, что все некогда. Во втором варианте поменяйте предлагаемые условия: очередь за молоком в каникулы. И сравните насколько иной будет атмосфера общения.

Упражнения на развитие воображения для создания предлагаемых обстоятельств.

Предлагаемые обстоятельства – «это фабула пьесы, ее факты, события, эпоха, время и место действия, условия жизни, наше актерское и режиссерское понимание пьесы, добавления к ней от себя, мизансцены, постановка, декорации и костюмы художника, бутафория, освещение, шумы и звуки и прочее и прочее, что предлагается актерам принять во внимание при их творчестве» (К.С.Станиславский, Собр.соч.-Т.2,- С.62)

Предлагаемые обстоятельства, окружающие сценическое действие, возникают, когда мы ставим перед участниками вопросы: Кто? Когда? Где? Почему? Как? – направляя их воображение на такое создание окружающей жизни и обоснование своих действий, какое возможно в действительности, логично, последовательно и правдоподобно.

«Если бы» всегда начинает творчество, «предлагаемые обстоятельства» развивают его» (К.С.Станиславский, Собр.соч.-Т.2,- С.61).

Воспитать в учениках вкус к подробной и тщательной, увлеченной деятельности воображения по созданию предлагаемых обстоятельств упражнения, этюда, роли – одна из главных задач педагога на этом этапе обучения. Формально составленные предлагаемые обстоятельства не дают никакой пищи для воображения, для оправдания и желания действовать. Если они составлены только умом, то их надо оживить воспоминаниями из собственной жизни, сделать важными для себя, интересными – найти способ увлечься ими.

«Если Вы сказали слово и проделали что-либо на сцене механически, не зная, кто вы, откуда вы пришли, зачем, что вам нужно, куда пойдете отсюда и что там будете делать – вы действовали без воображения, и этот кусочек вашего пребывания на сцене, мал он или велик, не был для вас правдой – вы действовали как заведенная машина, как автомат» (К.С.Станиславский, Собр.соч.-Т.2,- С.95).

Для того, чтобы дать толчок воображению для создания предлагаемых обстоятельств даются следующие упражнения:

«Оправдание позы». По знаку руководителя принимается произвольная поза. Затем убирается излишнее напряжение и поза оправдывается. Участник рассказывает о тех предлагаемых обстоятельствах, которыми окружено его действие. Например, по знаку преподавателя я принял позу – вытянул вперед руку. Оправдал тем, что хочу позвонить в звонок своей квартиры. Затем, не меняя позы, создаю обстоятельства, с которыми может быть связано это действие: вернулся из летнего лагеря, звоню, никто не отвечает – значит, родители на даче. Как же мне попасть домой? Решаю зайти к другу, который живет в этом же доме.

«Оправдание места действия». Руководитель спрашивает участника «Где ты сейчас находишься?» Он называет какое-нибудь место действия (например, в парке). «Рассказывай, как ты сюда попал» Участник оправдывает и подробно рассказывает причину и обстоятельства своего прихода в парк.

«Сочини историю». Участнику показывают открытку, рисунки, фотографии, иллюстрации, проигрываем мелодии, подражаем крикам животных и т.п. Участник должен сочинить небольшой устный рассказ на эту тему. Если рассказ идет не гладко, нужно помочь вопросами: кто? когда? почему? как? для чего? и т.д. Показываем предмет и предлагаем рассказать историю, связанную с ним.

«Групповой рассказ». Один из участников начинает рассказывать какую-нибудь историю. Затем по знаку руководителя второй продолжает рассказ с того места, на котором остановился первый, далее третий продолжает рассказ второго, и до тех пор, пока последний в группе не закончит рассказ. Это упражнение так же тренирует и внимание. Этюды «Я» в предлагаемых обстоятельствах.

Виды этюдов

- Одиночный этюд как несколько расширенное упражнение на освоение простейшей жизненной ситуации (с определенной целью открыть дверь или переставить мебель), когда нужно освоить (понять и почувствовать) логику и последовательность малых физических действий в их непрерывной цепочке;
- Одиночный этюд, вырастающий из упражнений на эмоциональные воспоминания, на физическое самочувствие;
- Одиночный или парный этюд на действие с воображаемыми предметами – для воспитания чувства непрерывности, логически развивающегося действия;
- Этюды типа «цирк». «Зверинец», имитация исполнительской манеры известных эстрадных певцов, выявляющие острую характерность и воспитывающие актерскую смелость;
- Групповые этюды на воспитание импровизационного самочувствия или чувства мизансцены («Виден, слышен, не мешаю главному».)

Этюды

- **«Органическое молчание».** Актеры взаимодействуют на сцене без возможности говорить. Невозможность говорить обеспечивается местом действия: читальный зал библиотеки, по разные стороны магазинной витрины, начальный период знакомства, шум на станции или в вагоне метро, зрительный зал театра, кинотеатра.
- **«Беспредметное действие».** С воображаемыми предметами пришить пуговицу, поджарить яичницу, собрать чемодан и т.д. Особенно внимательно следить за тем, чтобы у актеров все время оставалось ощущение формы, объема, веса воображаемого предмета
- **«Свяжи этюд».** Даются три ничем не связанных между собой предмета, например, чемодан, иголка. Лампочка. Надо на них построить этюд. Причем эти же три слова являются единственными, которые можно произносить.
- **«Ожидание».** Каждому участнику предлагается сыграть ожидание нескольких абсолютно разных вещей, например друга, поезда, пули. Остальные по этюду должны понять, когда какое ожидание было. Сам же участник с помощью руководителя должен проследить, как менялось его внутреннее состояние в зависимости от объекта ожидания.
- **«Новый финал».** Участники разбиваются на несколько групп. Каждая берет какой-то очень известный сюжет и пробует сделать другой финал. Причем сыграть его так, чтобы казалось, что ничего нового нет. Этот этюд необходим для того, чтобы актерам было легче отказываться от стереотипов и свободнее идти на новые нетривиальные решения там, где, казалось бы, все уже сто раз известно из тех же уроков литературы.

Этюды на общение в условиях оправданного молчания.

«На экзамене»

«У телефонной будке»

«Переезд на новую квартиру»

«В читальном зале»

«Туфли»

«Карикатура»

«Ссора»

УПРАЖНЕНИЯ, ЗАДАНИЯ, ИГРЫ ДЛЯ ТЕАТРАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ

«Ай да я!»

Сидя в полукруге, дети по порядку ведут счёт, начиная с 1, но пропуская число 3, а далее все числа, которые делятся или оканчиваются на 3 (13, 23 и т.д.), вместо них говорят: «Ай да я!» Кто ошибся - выбывает. Можно провести соревнования между двумя командами.

«Ходьба с изменениями»

Дети встают в затылок друг другу. По команде - «раз» колонна движется по залу в том направлении, как стоят. По команде - «два» движение меняется на обратное направление, «три» — повернуться на 360 градусов и продолжать движение, «четыре» - скакать на одной ноге. Кто ошибся - выбывает.

«Кто сзади?»

Один ученик стоит спиной к остальным с закрытыми глазами. Другой подходит сзади к водящему, называет его имя и тихо садится. Голос можно изменять. Водящий должен угадать, кто к нему подходил.

«Изобрази птицу или животное»

Каждый ребенок задумает, в какое животное или птицу он хочет превратиться, и показывает в виде пантомимы. Другие угадывают: кто это? Первое условие - верить в превращение. Не улыбаться во время показа!

«Встреча двух детёнышей»

Представить себе, что детёныши двух разных животных первый раз вышли на прогулку и встретились. Они ещё не знают, с кем произошла встреча, поэтому стараются узнать друг о друге всё: кто он, где живёт, чем питается, кого опасается и т.д. Прежде чем войти в образ, нужно продумать все эти вопросы.

«Животные во дворе»

Сначала нужно вспомнить, какие домашние животные обитают на деревенском дворе... У них у всех разные характеры. Даже животные одного вида этим отличаются друг от друга.

Каждый ребенок получает карточку, где написано, кого он будет изображать, а остальные отгадывают, что это за животное, и определяют его характер.

Карточки: надменный индюк, трусливый кролик, голодный поросёнок, злобный гусь, красавец павлин, бодливый козёл, рассерженный петух, ленивый кот, крикливый щенок, наглая ворона, юркий воробей и т.д.

«Картина»

Представить, что сцена - это чистый лист бумаги. Детям нужно нарисовать картину на заданную тему. Перед тем, как выйти на сцену, нужно решить, кто он и что будет делать. Когда один из учеников примет им задуманную позу, то другие должны угадать, что он делает. Можно изображать и неодушевлённые предметы: камень, дерево и т.д. Условие; нельзя повторяться.

Темы: «На речке летом», «В лесу», «На спортивной площадке», «В огороде», «В городском парке».

«Театр-экспромт»

Выбирается короткая сказка или история, где действие происходит в одном месте, и прочитывается вслух один-два раза. Распределяются роли, и исполнители приглашаются на сцену. Диктор (рассказчик) произносит текст, несущий информацию о действиях героев, «актёры» появляются из-за кулис и последовательно исполняют всё, о чём говорится. Читать нужно чётко, делая паузы достаточные для выполнения действий. Прямая речь тоже идёт от рассказчика.

Это очень эмоциональное по характеру и простое для ребят задание, которое подводит их к работе над драматургией произведения, её законами и в итоге - постановке спектакля.

«Животные в цирке»

На занятиях готовится много номеров с «дрессированными животными». Сначала решается, какие это будут номера. Затем назначаются ответственные дрессировщики, «отбираются» движения, которые будут выполняться «зверями», и определяется их очередность в номере.

Что же могут делать животные? (каждому даётся имя):

«Собачки» - отзываться на кличку, танцевать, кружиться, переворачиваться боком, ходить на задних лапах, положив передние на плечи другой, играть в чехарду, решать задачки.

«Обезьяны» - визжать, дурачиться, почёсываться, водить хоровод, пародировать - как ребята ведут себя в столовой, на перемене, прыгать через скакалку, хлопать, сидя на полу, подпрыгивать на ягодицах.

«Медведи» - кувыркаться, танцевать в парах, боксировать, играть с мячом, приносить ту или иную вещь.

«Кошки» - умыться, потягиваться, играть с клубочком, ходить на задних лапах, переворачиваться боком, ходить между ног дрессировщика, крутить обруч.

«Тигры» - вставать на задние лапы, рычать, драться, прыгать через палку и друг друга, прыгать через обруч, отбивать мяч.

«Морские котики» - ползать, опираясь на передние лапы, кланяться, играть с воздушным шариком, переворачиваться боком.

«Зайчики» - прыгать, барабанить, играть в чехарду, прыгать с поворотами.

«Попугай» - кланяться, бегать по жёрдочке боком, переговариваться, решать задачки, отвечать на вопросы.

«Войди в образ»

Нужно пройти по сцене и сесть, потом встать и пройти уже в образе того или иного человека: очень старого, больного, раненого, к кому-то подкрадывающегося, что-то ищущего, от кого-то спасающегося и т.д.

«Профессионалы»

Вообразить себя представителем той или иной профессии и при помощи искусства пантомимы показать его в работе. Вспомнить, кто по профессии родители или знакомые. Зрители должны догадаться, кого участник изобразил.

«Зеркало»

Артисты гримируются перед зеркалом. Дети встают в парах, лицом друг к другу. Один из них артист, а другой - зеркало. «Зеркало» внимательно следит за движениями «артиста» и повторяет их зеркально. Движения должны быть плавными и неторопливыми.

Что может делать артист? Надевать парик, укладывать волосы, класть на лицо тон, подводить брови, красить ресницы и губы и т.д.

«Окно»

Между детьми воображаемое окно с очень толстым стеклом, через которое звуки не проходят. Один хочет что-то сказать товарищу. Каждому надо заранее решить, что он собирается сообщать партнёру. Для этого он может артикулировать губами, писать воображаемые буквы на стекле, объяснять на пальцах. Партнёр должен его понять и ответить подобным же образом.

«Цирковые артисты»

Детям нужно представить себя, что они настоящие артисты цирка. Это канатоходцы на проволоке, тяжеловесы, боксёры, фокусники, жонглёры, наездники на лошадях, акробаты, клоуны, гимнастки. Перевоплощение будет полным, если дети научатся работать с воображаемыми предметами.

«Массовые сценки» (этюды-импровизации)

Это задание подводит учеников к профессиональному пониманию драматургии. Оно включает в себя комплекс умений и навыков, приобретённых в процессе обучения, позволяющих «показать» своего персонажа в зависимости от места и времени действия, его желания. Сначала выбираются места действия, уже знакомые детям по сценической работе. Например, представляются следующие сценки: «В зале игровых автоматов», «В ателье готового платья» (кто-то может изображать манекенов), «В троллейбусе», «В магазине», «На уроке», «На вещевом рынке», «В библиотеке», «На почте», «В парикмахерской», «В фотоателье» и т.д. Когда место выбрано, делается выгородка-декорация. Обсуждаются вопросы:

«Кого вы хотите представить? Как должно выглядеть сценическое место в той или иной игровой ситуации?» Распределяются роли, подбирается реквизит.

После просмотра проводится анализ сценок учениками-зрителями и учителем.

«Импровизация сказки»

Класс делится пополам, и обе группы выбирают себе режиссёра и подбирают для инсценировки хорошо известную сказку, распределяют роли. Можно изображать и неодушевлённые предметы. Требуется говорить своими словами, а самое главное - сохранять сюжетную линию!

«Одновременный поклон, хлопнуть в ладоши»

Всем сразу или одной группе даётся время, за которое дети должны собраться и без всяких команд с чьей-либо стороны одновременно хлопнуть в ладоши, а через какую-то паузу (например, три секунды) снова хлопнуть и т.д. Хлопки можно заменить поклоном в пояс, поднятием рук или подпрыгиванием. Упражнение считается хорошо выполненным, когда всё выполняется одновременно, когда нет рикошета в хлопках или разнообразия в движениях.

«Превращение предмета»

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

«Превратился сам»

Группе учеников (3-7 человек) предлагается «превратиться» в кусты, деревья, цветы, игрушки, инструменты, фрукты, овощи, ягоды, 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, меняя свою позу так, чтобы тело напоминало задуманный предмет. В этом упражнении тренируется смелость, фантазия, изобретательность, изобразительность. Ученик «корёжит» своё 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.

«Делиться на команды»

Все играющие делятся на пары, хотя бы при помощи расчёта на 1-ый и 2-ой. Потом каждая пара предлагает ведущему выбор - солнце-дождик; поезд-самолёт; капуста-лук и т.п. Причём, эти слова нужно не сказать, а сыграть. Ведущий, отгадывая сыгранное слово, выбирает одного из пары и команду 1, другого - в команду 2 (воробьи - вороны) и вся группа разделена, причём партнёры имеют возможность хорошо запомнить друг друга.

С течением времени можно условиться о характере слов, например, только одушевлённые, или неодушевлённые предметы, или один такой, другой - иной. Прилагательные, цветы, события, писатели и т.п.

Эта игра даёт возможность каждому что-то сыграть, т.к. это нужно не само по себе, что многим кажется страшным, а как вспомогательное задание для деления на команды.

«Взять партнёра, меняться местами»

«Взять партнёра» - это значит связаться глазами с кем-то в группе, при этом нельзя пользоваться жестами, словами, только ловить взгляд так, чтобы связаться глаза в глаза. Тогда возникают пары партнёров, которым затем можно дать любое дополнительное задание - поменяться местами, задать друг другу вопрос, одному встать, другому сесть и т.д. Это упражнение удобно задавать и тогда, когда нужно по какой-то причине быстро изменить порядок распределения детей. Например, чтобы мальчики перемещались с девочками, достаточно дать цепочку команд; «Взяли глазами партнёра (пауза). Бросили этого партнёра, взяли другого (пауза).

В любой групповой работе важно уметь внимательно и спокойно общаться друг с другом. Важно и самому удерживать внимание на партнёре и замечать его внимание к себе. Начало этого умения будет тренировка быстро связываться взглядом (смотреть друг на друга). Стоящие в круге и сидящие связываются глазами и меняются местами. Далее можно просить связаться глазами группу в 3 - 4 человека и просить их встать одновременно. По мере тренировки задания следует усложнять: меняясь местами, задайте вопрос; поменяться местами вместе со стульями без грохота и стука; взять глазами первого партнёра, бросить, взять второго, бросить, взять третьего, поменяться местами со вторым и т.д.

«Упражнения со стульями»

Вся группа по команде; «Приготовились! Пожалуйста!», одновременно встала, подняв стулья, ставит их в виде какой-то фигуры и одновременно садится. Например; «Приготовились одновременно поставить стулья в полукруг лицом к двери! Пожалуйста!» Важно, чтобы не было никаких разговоров во время выполнения задания, никто не командовал, все работали одновременно, приспособляясь друг к другу. За этим могут следить «судьи».

Постепенно фигуры можно усложнять, задавая поставить стулья кругом, квадратом, буквой Г, цифрой 3. Каждый раз следует обращать внимание на чёткость конца упражнения, чтобы все работающие именно одновременно сели на свои поставленные стулья.

«Испорченный телефон»

Ученики передают какое-то слово шёпотом на ухо один другому так, чтобы все ученики в ряду по цепочке получили и передали слово. Все остальные «ловят» на слух, пытаются поймать, какое слово передаёт ряд. Сначала учитель спрашивает у тех, кто ловил, какое слово передавал ряд, потом - какое слово получил последний в линии передачи и,

наконец, какое слово передал первый. Это упражнение можно проводить на русском и немецком языках.

«Ходить след в след»

Это упражнение на подстраивание к партнёру, идущему впереди себя. Ставить ногу можно только в освободившийся «след» идущего впереди, так идёт вся цепочка. Для оправдания можно выдумать, что идём через болото, или по грязи, или через ручей по камням, тогда можно не просто идти, а прыгать и выбирать, куда поставить ногу. Необходимо следить, чтобы идущий сзади не наступал на пятки впереди идущего, а дожидался, когда «след» освободится полностью. Когда упражнение выполняет только часть учеников, то другие могут следить за точностью выполнения.

Подвижное упражнение для всей группы. Каждый следующий наступает в след предыдущего. Внимание и ориентация на поведение (шаги) другого лежит в основе театрального тренинга в этом упражнении. У новичков часто возникают трудности в выполнении этого простого задания. Важно повторять и тренировать тех, кто плохо с ним справляется. Это задание также может выглядеть как коллективный этюд «переход через болото» разными группами, с развитием этюда до «спасения» провалившихся и оказания помощи групп друг другу, сохраняя при этом задание ставить ноги след в след. Позже можно выбрать ведущих, которые выдумывают, где они, зачем и почему они так идут, какие на пути препятствия и т.д. В зависимости от задания должна меняться логика поведения, но сохраняться та же степень внимательности.

«Летает, не летает»

Эта традиционная детская игра на внимание. Ведущий называет существительные, играющие выполняют соответственно заданные движения: на летающий предмет, например, хлопают в ладоши или машут руками, на не летающий предмет - ничего не делают или прижимают руки вдоль тела. Кто ошибается, то вылетает из игры. Можно

проводить игру на одушевлённые и неодушевлённые предметы, на чётные и нечётные числа и т.д.

«По правде и понарошку»

Сначала выполняется реальное «дело» - искать спрятанную в классе иголку, затем это делается «понарошку», т.е. выполняющий, зная, что иголки нет, ищет её так же, как искал по правде. «Дела» могут быть самыми разными; целить и кидать в цель мячик, мыть стены, поливать цветы, выметать пол, целиться, тренироваться: по правде, потом понарошку.

«Игра в прятки»

Сначала дети играют по правде, реально, водят и прячутся, а затем повторяют понарошку, т.е. играют будто бы играют в прятки, но так, чтобы никто не догадался, что понарошку.

Игра важна для развития навыков коллективной работы. Важно, чтобы все дети принимали в ней участие, по её характеру педагог сможет определить важные личностные свойства школьников.

Играть по правде и играть понарошку, повторяя во втором случае всё, что было в первом, в большом коллективе трудно, т.к. все друг от друга зависят. Сыграть игру - задача конечная. Чтобы было интересно смотреть, можно вносить новые события, происшествия, поступки.

1- ый этап - играем и повторяем элементы.

2- ой этап - играем один раз и восстанавливаем всё происшедшее в повторении.

3- ий этап - строим игру-спектакль.

«По алфавиту»

Предлагается всем детям по сигналу на скорость выстроиться по алфавиту первых букв фамилий или имён участников.

Задание нужно выполнять молча. Задание возможно только в группе, где все знают фамилии друг друга и алфавит. В упражнении не следует допускать никаких разговоров, пререканий, споров (словами или жестами). Группа должна молча перемещаться, пока каждый не займёт своего места; когда ряд построен, «судьи» оценивают их работу, проверяет, предлагает.

Для театральной культуры важен настрой на совместную, коллективную работу. Это чувство связи необходимо в исполнительском театральном творчестве. Строиться можно по любому «правилу»: имена «на гласные», потом «на согласные» или «через одного», по алфавиту фамилий, по старшинству дней рождения и т.п.

«Хоровод»

Дети, сцепившись за руки «пишут» своим хороводом заданную педагогом букву; письменную Б, Е, Г, О, И, П, Л, Р, В и т.п. (печатные). До начала письма все должны стоять в хаотическом порядке, каждый сам по себе. Если детей много, то можно задать короткое слово, например: кот, як.

«Хоровод-письмо»

Это упражнение выполняется легко, если хоровод послушен и сообразителен, если ведущий хорошо пишет, т.е. знает, как начинать писать букву. Для такого хоровода, нужно 10-12 человек. Он даёт хорошую разминку и согласованность движений, кроме того имеет задание - действие - результат, причём, коллективные равноправные действия и чёткий результат. В этом его польза как тренировка коллективной работы.

«Превращение комнаты»

Как и упражнение на превращение вещи выполняется за счёт точного исполнения соответствующих действий. Ученик что-то делает в комнате, и мы понимаем, что это уже не комната, а лес, например, вокзал и т.д.

Это упражнение считается центральным театральным заданием первого этапа знакомства с актёрским творчеством.

«Тело в деле»

Ребенок застывает в какой-то позе, и все видят, как бы фотографию во время выполнения какого-то дела, например, рассматривание витрины, укладывание продуктов в сумку, выход из подъезда и т.п. Другие дети пытаются отгадать сфотографированное дело, но отгадать без слов. Они выходят, повторяют позу и продолжают действие, прерванное моментом фотографии. Естественно, что разные дети будут показывать разные действия. Все обсуждает, в чём один показ отличается от другого, какой более соответствует тому, что они видели. Можно продолжить это упражнение заданием «дополни» - первый задаёт свою фотографию, а второй, третий и т.д. «входит» в фотографию со своим пониманием первой позы, т.е. со своим представлением о сфотографированной истории, о том, что там должно и могло бы происходить ещё. Когда все желающие в фотографию вошли, даётся команда продолжать прерванное фотографией движение. Иногда получается, что один «живёт» в лесу, другой на кухне, третий - в гимнастическом зале. Получается своеобразная «чепуха», и дети хорошо это видят, иногда к великой радости всех участников вся картина оживает без нарушений жизненной логики.

«Сочинение сюжетов через костюмы»

Называются или вызываются два, три персонажа-костюма, дети выдумывают сюжет, объединяющий их: где, когда, чем началось, что произошло, чем кончилось. Важно, чтобы задание игралось с минимум словесного текста, весь упор - на происходящее, действие каждого из исполнителей.

Карнавальные костюмы позволяют развернуть работу по сочинению сюжетов-историй, действующие лица которых будут определяться «костюмами». Какая история-сюжет

могла случиться между тигрёнком и колокольчиком? Какая ~ между мушкетёром и снежинкой? И т.п. Костюм даёт толчок для фантазии, а столкновение двух костюмов в одной истории направляет эту фантазию по определённому руслу, в результате чего часто возникает яркий исполнительский эффект. Детям удаётся сыграть довольно протяжённую сценку, импровизируя текст в предлагаемых обстоятельствах сюжета и характера. Первое сочиняется на занятии. Второе вытекает из требования особого поведения в костюме.

«Детские стихи по ролям»

Это упражнение - диалог в разных интерпретациях. Это репетиция сценок, но с выстраиванием разных исполнений и разных замыслов. Прорабатывается связь между ними, - если играть так, то общий смысл будет такой; если задумать третье, то играть надо опять по-другому. Для работы удобны диалоги из стихов Маршака, Барто, Заходера. Например:

- Заказное для Житкова.
- Извините, нет такого.
- Где же этот гражданин?
-
- Улетел вчера в Берлин.

«Массовая сцена»

Детям предлагается создать «живую картину» под названием базар, перемена, стадион, пляж и т.д. Картина - фотография. Затем каждый исполнитель определяет для себя, где он был, что делал за 1 минуту до фотографии и что будет с ним через минуту. Затем предлагается начать проживать ситуацию до момента фотографии, хлопок в ладоши педагога - фиксирует момент, затем хлопок, и ситуация разворачивается дальше.

Это упражнение сюжетно и объёмно по исполнению, но мобилизовав терпение и организационные способности, педагог сможет подготовить с детьми достаточно выразительные и зрелищные театральные номера.

Работа над «до» и «после» фотомига проводится для того, чтобы каждый исполнитель был в максимально живой и естественной ситуации в момент «стоп» - съёмка.

Массовую сцену можно усовершенствовать по законам мизансценирования, композиции. Можно «одеть» массовую сцену, подобрать реквизит. Если подготовить для показа то, что было «до» и «после», то потребуются сочинить слова.

Для работы над массовой сценой можно брать за основу также произведения литературы.

УПРАЖНЕНИЯ И ЭТЮДЫ

«Угадай: что я делаю?»

Цель. Оправдать заданную позу, развивать память, воображение.

Ход игры. Педагог предлагает детям принять определенную позу и оправдать ее.

1. *Стоять с поднятой рукой.* Возможные варианты ответов: кладу книгу на полку; достаю конфету из вазы в шкафчике; вешаю куртку; украшаю елку и т.п.

2. *Стоять на коленях, руки и корпус устремлены вперед.* Ищу под столом ложку; наблюдаю за гусеницей; кормлю котенка; натираю пол.

3. *Сидеть на корточках.* Смотрю на разбитую чашку; рисую мелом.

4. *Наклониться вперед.* Завязываю шнурки; поднимаю платок, срываю цветок.

«Одно и то же по-разному»

Цель. Развивать умение оправдывать свое поведение, свои действия нафантазированными причинами (предлагаемыми обстоятельствами), развивать воображение, веру, фантазию.

Ход игры. Детям предлагается придумать и показать несколько вариантов поведения по определенному заданию: человек «идет», «сидит», «бежит», «поднимает руку», «слушает» и т.д.

Каждый ребенок придумывает свой вариант поведения, а остальные дети должны догадаться, чем он занимается и где находится. Одно и то же действие в разных условиях выглядит по-разному.

Дети делятся на 2-3 творческие группы, и каждая получает определенное задание.

I группа - задание «сидеть». Возможные варианты:

а) сидеть у телевизора;

б) сидеть в цирке;

в) сидеть в кабинете у зубного врача;

г) сидеть у шахматной доски;

д) сидеть с удочкой на берегу реки и т.п.

II группа - задание «идти». Возможные варианты:

а) идти по дороге, вокруг лужи и грязь;

б) идти по горячему песку;

в) идти по палубе корабля;

г) идти по бревну или узкому мостику;

д) идти по узкой горной тропинке и т.д.

III группа - задание «бежать». Возможные варианты:

а) бежать, опаздывая в театр;

б) бежать от злой собаки;

в) бежать, попав под дождь;

г) бежать, играя в жмурки и т.д.

IV группа - задание «размахивать руками». Возможные варианты:

а) отгонять комаров;

б) подавать сигнал кораблю, чтобы заметили;

в) сушить мокрые руки и т.д.

V группа - задание «Ловить зверюшку». Возможные варианты:

а) кошку;

б) попугайчика;

в) кузнечика и т.д.

«Кругосветное путешествие»

Цель. Развивать умение оправдывать свое поведение, развивать веру и фантазию, расширять знания детей.

Ход игры. Детям предлагается отправиться в кругосветное путешествие. Они должны придумать, где проляжет их путь - по пустыне, по горной тропе, по болоту, через лес, джунгли, через океан на корабле - и соответственно изменять свое поведение.

«Игры на превращения»

В театре зритель верит в то, во что верит актер. Сценическое отношение - это умение с помощью веры, воображения и фантазии изменить свое отношение к предмету, месту действия или партнерам, меняя соответствующим образом свое поведение, оправдывая условное превращение.

«Превращение предмета»

Цель. Развивать чувство веры и правды, смелость, сообразительность, воображение и фантазию.

Ход игры. Предмет кладется на стул в центре круга или передается по кругу от одного ребенка к другому. Каждый должен действовать с предметом по-своему, оправдывая его новое предназначение, чтобы была понятна суть превращения. Варианты превращения разных предметов:

а) карандаш или палочка - ключ, отвертка, вилка, ложка, шприц, градусник, зубная щетка, кисточка для рисования, дудочка, расческа и т.д.;

б) маленький мячик - яблоко, ракушка, снежок, картошка, камень, ежик, колобок, цыпленок и т.д.;

в) записная книжка - зеркальце, фонарик, мыло, шоколадка, обувная щетка, игра.

Можно превращать стул или деревянный куб, тогда дети должны оправдывать условное название предмета.

Например, большой деревянный куб может быть превращен в королевский трон, клумбу, памятник, костер и т.д.

«Превращение комнаты»

Цель. Та же.

Ход игры. Дети распределяются на 2-3 группы, и каждая из них придумывает свой вариант превращения комнаты. Остальные дети по поведению участников превращения отгадывают, во что именно превращена комната.

Возможные варианты, предложенные детьми: магазин, театр, берег моря, поликлиника, зоопарк, замок Спящей красавицы, пещера дракона и т.д.

«Превращение детей»

Цель. Та же.

Ход игры. По команде педагога дети превращаются в деревья, цветы, грибы, игрушки, бабочек, змей, лягушек, котят и т.д. Педагог может сам превратиться в злую волшебницу и превращать детей по своему желанию.

Приложение 5

Практические задания на внимание, воображение, фантазию и освобождение мышц

Сценическое внимание

Цель: Развивать и тренировать зрительное, слуховое, двигательное внимание быстроту реакции, умение сосредоточиться, переключать внимание, развивать его объём, активность, наблюдательность.

Упр. 1. «Игры на внимание».

- а) Быстро сосчитать, сколько пальцев показывает руководитель.
- б) «Кто раньше сядет на стул» (стулья ставятся по кругу спинками, внутрь, на один стул меньше играющих. Ребята идут по кругу под музыку, и как только она замолкает, все должны занять стулья. Кто не успел – выходит из игры, ещё один стул убирается. Игра продолжается, пока не останется один человек.
- в) Игра «Съедобное – несъедобное».
- г) Игра «Летит – не летит» (Ведущий называет предметы, если этот предмет летает, все поднимают руки вверх).

Упр. 2. «Хлопки».

- а) Выполняется на месте: 1 хлопок – присесть ;
2 хлопка – перевернуться вокруг себя;
3 хлопка – стоять. (Возможны другие варианты действий до 5 хлопков).
- б) выполняется при ходьбе: 1 хлопок – идти по кругу; 2 хлопка – идти в другую сторону ; 3 хлопка – стоять.(Также возможны варианты).
- в) 1 хлопок – поза «аиста» (на одной ноге , руки в стороны) ; 2 хлопка – поза «лягушки» (присесть , пятки вместе , колени в стороны, руки ногами на полу); 3 хлопка – идём по кругу.(Возможны варианты).

Все эти упражнения можно выполнять под музыку, хлопки заменить соответствующими аккордами

Упр. 3. «Эстафета».

а) Ребята сидят в полукруге , нужно вставать друг за другом : 1 – встал – садится , одновременно встаёт 2-ой, садится – тут же встаёт 3-ий и т .д.

б) На определённый ритм с хлопками.

в) Вставание заменить хлопками.

г) Вставать по двойкам , тройкам на определённый ритмический рисунок или музыкальные аккорды.

Упр. 4. «Одновременно».

а) Группа вначале по команде руководителя, а затем без команды должна одновременно *хлопнуть в ладоши*, пауза , *снова хлопнуть*, пауза , *поклон* , пауза , *поднять руки* , пауза , *подпрыгнуть*,

пауза (*выполнить другие действия*).

б) Одновременно по парам, тройкам , четвёркам (мальчики – девочки) *хлопнуть в ладоши*, пауза, *снова хлопнуть* , пауза , *поклон* и т.д.

То же самое без команды руководителя. Возможен вариант под определённые музыкальные аккорды.

Упр. 5. «Круги внимания».

Малый круг – прослушать все звуки в комнате;

Средний круг – что слышно за пределами комнаты, в коридоре, фойе, соседней комнате, этажом выше , ниже и т.п.

Большой круг – прослушать звуки на улице.

Рассказать про все звуки , которые слышали.

Упр.6. «Животное, зверь, птица, насекомое».

Ведущий называет в хаотическом порядке название зверей, птиц, домашних животных, насекомых.

Дети выполняют соответствующие действия:

Домашнее животное – правая рука вперёд, призывающий жест;

Звери – отталкивающий жест; *Птицы* – руки вверх ;

Насекомые – голову пригнуть к груди , руки на голове.

Упр. 7. « Будь внимателен !»

Дети идут по кругу под музыку , руководитель называет слова, дети выполняют соответствующие действия:

Зайчики - прыгают; *Раки* - пятятся назад; *Аист* - стоят на одной ноге;

Лошадки - как бы «ударяют копытом об пол» ;

Птицы - бегут по кругу , руки в стороны ;

Можно усложнить хлопками : 1 – *зайчики*, 2 – *раки*, 3 – *лошадки*,

4 – *птицы*, 5 – *аист*.

Упр. 8. « Знакомство».

а) Все сидят в полукруге. Первый корчит рожицу ,Все «фотографируют» его в общий фотоальбом. Второй повторяет скорченную рожицу первым и добавляет свою. Третий – повторяет первого, второго, добавляет свою. Последний повторяет «фотографии» всех.

б) Игра « Бабушкин чемодан». Первый говорит: «Бабушка поехала в гости и положила в чемодан: (называет какое-то предмет). Второй называет этот предмет и добавляет свой, третий – предметы первого и второго, добавляет свой и т.д. по кругу. Важно назвать предметы по порядку. Кто ошибся или пропустил слово – выходит из игры и выполняет

какое-то творческое задание (например – изобразить предмет из «Бабушкиного чемодана». Игра продолжается по кругу несколько раз, пока не останется 1–3 участника). Затем выполняются творческие задания.

в) Первый встаёт, делает поклон и называет своё имя (фамилию) справа от меня – (называет справа сидящего) , а слева от меня – называет слева сидящего), затем следующий и т.д.

Упр.9. «Земля, вода, воздух , огонь».

а) Руководитель называет слово, дети выполняют соответствующие действия : *Земля* - руки опустить вниз; *Вода* - руки вытянуть вперёд, вниз; *Воздух* - руки поднять вверх; *Огонь* - круговое вращение руками.

б) Играющие встают в круг, в центре ведущий с мячом. Бросая мяч играющим, называет одно из слов: земля, вода, воздух, огонь. Получивший мяч должен соответственно ответить :

Земля - назвать животное или зверя ;

Вода - назвать рыбу ;

Воздух - птицу ;

Огонь - быстро повернуться вокруг себя.

Упр. 10. « Слушай звуки».

Дети идут по кругу под музыку. Как только звучит нота «нижнего регистра» – встают в позу « *Плакучей ивы*» - (ноги на ширине плеч , руки разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу).

Нота « верхнего регистра» – поза « *Тополя*» – (пятки вместе, носки врозь, ноги прямые , руки поднять вверх, голова назад и смотреть на кончики пальцев рук).

Упр. 11. « Тропинка».

Две команды образуют два круга. По сигналу идут по кругу. Ведущий даёт задание: *Тропинка* – все должны встать в колонну друг за другом, положить руки на плечи

впереди стоящего, приседая и наклоняя голову чуть-чуть вниз. *Копна* - все направляются к центру своего круга, соединив руки в центре круга. *Кочка* - все участники приседают, положив руки на голову. (Очко получает команда выполнившая вперёд).

Упр. 12. « Зеваки».

Ребята, взявшись за руки, идут по кругу. По сигналу руководителя (ритмический рисунок, флажок и т.д.) Останавливаются и повторяют ритм или определённое количество хлопков, поворачиваются и продолжают движение в другую сторону. Можно выполнять упражнение под музыку или петь песню.

Упр. 13. « Сосед , подними руку !».

Играющие образуют круг, водящий идёт внутри круга ,

Останавливается напротив одного из игроков и громко произносит:

«Руки!». Тот, к кому обратились, не меняет положения, а оба его соседа должны поднять вверх одну руку: сосед справа – левую, сосед слева – правую. Кто ошибётся – становится водящим.

Упр. 14. « Что изменилось ?».

а) На столе располагается несколько предметов. Играющим предлагается запомнить что и в каком порядке находится на столе. Затем они отворачиваются, а ведущий меняет местами предметы и предлагает отгадать что изменилось.

б) Один из предметов прячется. Отгадать какой

в) Это же самое упражнение может быть организовано на сценической площадке с элементами декораций, предметами реквизита и бутафории.

Упр. 15. « Пуговицы».

Играют двое. У каждого игрока по набору пуговиц и игровое поле – квадрат, разделённый на клетки. Начинаящий игру выставляет на своём поле пуговицы, второй должен за определённое время запомнить их расположение. Первый листком бумаги накрывает своё игровое поле, второй должен выбрать из своего набора нужные пуговицы и расставить их соответствующим образом на своём игровом поле. Первый игрок открывает своё игровое поле и проверяет правильность выполнения задания. Затем загадывает второй .

Упр. 16. « Переключение внимание».

Зрительное , слуховое , осязательное , обонятельное.

Руководитель даёт команды :

Зрительное – *объект далеко* - задник на сцене.

Слуховое - *объект близко* - звуки в комнате.

Зрительное -*объект далеко* - улица.

Осязательное -*объект близко*- ткань собств.платья.

Слуховое -*объект далеко*- звуки улицы.

Обонятельное -*объект близко*- запах в кабинете.

Зрительное -*объект близко*- своя рука.

Внутреннее -*объект внутри*- вспомнить события дня

Зрительное -*объект близко*- сосед.

Использовать различные варианты, порядок.

Упр. 17. «События дня».

а) Мысленно просмотреть события прошедшего дня, стараясь детализировать свои воспоминания. Вспомнить мысли и чувства, вызванные тем или иным событием, разговором. Детально вспомнить отдельные моменты.

б) Мысленно вспомнить дорогу из дома до студии, кого встретил, что видел необычного, надписи, вывески, люди, животные.

Упр. 18. « Биография предмета».

Пристально рассмотреть какой-либо предмет, его мельчайшие детали. Кто «собрал» больше деталей. Подключить предлагаемые обстоятельства «если бы» – чем этот предмет может быть для вас интересен.

Нафантазировать его биографию.

Упр. 19. «Японская машинка».

а) Все участники выполняют синхронно движения :

- хлопают в ладоши ;
- хлопают по коленям ;
- правую руку выбрасывают вверх, щёлкая пальцами;
- левую руку выбрасывают вверх , щёлкая пальцами.

Выполняется последовательно , синхронно и ритмично.

б) На щелчки пальцами ведущий произносит: « Ноль-ноль» и глазами передаёт эстафету кому-то из участников , тот передаёт рядом сидящему: « Один-один» , следующий «Два-два» и т.д. пока все участники не назовут свой номер.

в) Участники передают номера по кругу рядом сидящим : «Ноль - один» , «один – два» , два – три»... То есть называет свой номер и следующий.

г) Участники передают номера не по порядку , а вразброс при этом не прекращая движений , выполняя их синхронно , ритмично. Например : « Два – пять», «пять – семь», «семь – три» и т.д.

Упр. 20. « Живой алфавит».

Между всеми участниками распределяются буквы алфавита и задаётся какое – либо слово или фраза. По хлопку ведущего ребята, буква которых есть в слове выбегают вперёд и выстраиваются в последовательности букв заданного слова. В конце обозначают точку общим, дружным хлопком.

Упр. 21. « Печатная машинка».

Все сидящие в полукруге делят между собой буквы алфавита от А до Я таким образом становятся «печатной машинкой». Руководитель или один из ребят – машинистка, которая «печатает», ударяя хлопком по букве.

Буква отвечает хлопком. Знаки препинания – общий хлопок. Фразу или стихотворение повторяем вслух и затем начинаем печатать.

Упр. 22. « Дежурная буква».

а) Все встают в круг , в центре ведущий. Выбирается «дежурная буква». Ведущий идёт по кругу и бросает мяч. Получив мяч нужно назвать слово на эту букву.

б) Ведущий даёт задание: имя существительное, глагол, прилагательное, междометие. Нужно назвать слово на эту букву. Отвечать надо быстро, кто запнётся, повторится – выходит из игры .

Упр. 23.« Цифры и буквы».

На карточках (плакатах) написаны 9 знаков (цифр или букв). Например: **З Ф М К Б Ч Л Т Х** или **6 2 8 4 9 1 7 3 5**.

Плакат демонстрируется в течение 3 сек. Ребята делают запись или называют устн. По итогам определяется объём и точность внимания.

Упр. 24. « Одновременно – противоположное».

а) Одновременно писать числа от 1 до 20 и считать вслух от 20 до 1.

Упр. 25. « Арифметика».

Дано два числа, например : 73 и 29. Первую цифру второго числа умножить на вторую цифру первого числа , к тому что получилось прибавить вторую цифру второго числа и от полученной суммы отнять первую цифру первого числа.

($2 \times 3 + 9 - 7 = 8$) Использовать различные варианты.

Упр. 26. « От 1 до 25».

На плакате с чёрно-красной таблицей (7 x 7) в случайной комбинации размещены два ряда : чёрный ряд – от 1 до 25 , красный ряд – от 1 до 24.

Показать на таблице :

а) чёрные цифры от 1 до 25 в возрастающем порядке

б) красные цифры от 24 до 1 в обратном порядке

в) попеременно чёрные цифры в возрастающем порядке и красные в обратном : 1 (чёрное) , 24 (красное) , 2 – (чёрное) , 23 (красное) и т.д.

Упр. 27. «Хромая обезьяна».

Ведущий: « Выполнять задание по команде «начали!» до команды «стоп!». Если по какой – либо причине вы нарушили мою команду, подайте сигнал: хлопните в ладоши, то есть если вы отвлеклись и продолжайте дальше работать. Можете закрыть глаза. Внимание! Даю задание: не думать о хромой обезьяне о зелёной обезьяне). Начали! Стоп !»

После выполнения задания хорошо обменяться найденными способами отвлечения.

В следующий раз даётся другое задание : « О лохматом капитошке»,

«О контрольной по математике», «о зелёной черепахе», «о летающем крокодиле» и т.п.

Упр. 28. « Скульпторы».

Группа разбивается на пары. Один « натурщик» , второй – « скульптор» , затем меняются ролями.

«Скульпторы» стоят спиной к «натурщикам», те принимают определённую позу и мимическое выражение. «Скульптор» рассматривает 5 сек. И снова отворачивается. «Натурщик» меняет позу. «Скульптор» должен «вылепить» первоначальную позу. Упражнение может быть выполнено коллективно. Выделяются 2 – 3 «натурщика», остальные – «скульпторы».

Упр. 29. «Разведчик».

Из группы выбирается «Разведчик». Ведущий говорит: «Замерли !», вся группа застывает. «Разведчик» должен запомнить позу и мимику каждого. Через 1 мин. «разведчик» закрывает глаза, участники делают несколько изменений в позах, мимике, одежде. Задача «разведчика» обнаружить эти перемены.

Упр. 30. «Разведчики, шпионы, консультанты».

Все разбиваются на три группы: «шпионы», «разведчики»,

«консультанты». «Шпионы» на счёт 5 занимают позы. «Разведчики» на счёт 10 запоминают и закрывают глаза. «Шпионы» на счёт 1-2-3 меняют позы и место расположения. Задача «разведчиков» вернуть их в первоначальное положение. «Консультанты» наблюдают с открытыми глазами, проверяют правильно ли работают «разведчики» и поправляют где те были не точны. «Шпионы» говорят кто был точнее – «разведчики» или «консультанты».

Упр. 31. «Испорченный телевизор».

Все выходят из кабинета. Остаётся один и занимает какую-то позу. Второй входит, внимательно рассматривает и встаёт в эту же позу, первый садится. Таким образом, поза передаётся последнему участнику.

Первый показывает первоначальную позу. Группа сравнивает насколько произошло искажение.

Упр. 32. «Проверь себя».

Дается задание: решить математический пример. Одновременно руководитель читает небольшой рассказ. После выполнения задания проверяется ответ и предлагается пересказать смысл рассказа.

Упр. 33. «Что справа?»

Все внимательно рассматривают класс, соседей. Ведущий всем по очереди предлагает описать то, что находится от них справа (слева, сзади, спереди), в чём одет сосед (соседка), закрыв при этом глаза.

Упр. 34. «Три слова».

Все стоят в кругу, ведущий идёт по кругу и остановившись перед кем-либо из ребят называет слово, состоящее из 3-4 букв (кот, слон, сок, лак, мак, река, нос и т.д.) Играющий должен, пока ведущий считает до 10, назвать 3 – 4 предмета, начинающихся с букв, входящих в это слово.

Упр. 35. «Классный руководитель».

Ребятам предлагается попробовать себя в роли классного руководителя. Представьте ситуацию: Вы классный руководитель, перемена. Вам нужно подготовиться к классному часу. За 1-2 минуты подготовить по книге рассказ, сообщение или игру. В это время «ученики» задают всевозможные вопросы. По истечению времени выполнить задание и вспомнить вопросы.

Освобождение мышц.

Цель: научить управлять своими мышцами, убирать мускульное физическое напряжение, мышечные зажимы. «Учиться искусству познания своего тела», - К.С.Станиславский

Упр.1. «Окаменеть – потерять сознание»

Сядьте так, как будто вы окаменели, а теперь – потеряли сознание. Вы устали, встали и потянитесь так, чтобы достать пальцами до потолка. Теперь до пола.

Упр.2. « Проверь, что легче»

Попытайтесь приподнять какой-нибудь тяжёлый предмет, например, письменный стол или рояль. Выполняйте при этом следующее :

- а) Арифметическое действие (37×9 , 158-99 и т.д.)
- б) Вспомните все магазины на улице (в городе)
- в) Пропойте что-нибудь
- г) вспомните запах гари

Теперь попробуйте выполнить такие же действия не держа тяжёлый предмет.

Упр. 3. « Штанга»

Поднимаем воображаемую «тяжёлую» штангу. Вначале приподнимаем от пола и бросаем, затем поднимаем и кладём себе на грудь и снова опускаем на пол. И наконец, поднимаем её на вытянутые руки и бросаем вниз. Мышцы работают так, как будто поднимаем настоящую штангу.

Упр.4. « Сосулька»

Дети читают все вместе стихотворение :

- У нас под крышей белый гвоздь висит ,
Солнце взойдёт – гвоздь упадёт.(В.Селивестров)
- 1 строчка – руки над головой ,
2 строчка – уронить расслабленные руки и присесть.

Упр.5. «Сонное царство»

Дети двигаются произвольно, по сигналу ведущего застывают в позах.

Ведущий : «На дворе встречает он

Тьму людей и каждый спит:

Тот, как вкопанный, сидит.

Тот, не двигаясь, идёт.

Тот стоит, раскрывши рот.(В.Жуковский)

Ведущий подходит к фигурам детей, пытается их разбудить, беря за руки. Тело должно быть расслаблено.

Упр.6. «Шалтай – болтай».

Дети читают стихотворение и одновременно поворачивают туловище вправо-влево, руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На последней строчке резко наклонить корпус тела вниз, тело расслаблено: «Шалта-болтай сидел на стене,

Шалтай- болтай свалился во сне.» (С.Маршак)

Упр.7: « Петрушка»

Дети изображают Петрушку, который мягко и легко прыгает. Прыжки на двух ногах, колени расслаблены, корпус тоже, голова слегка опущена. Упражнение может выполняться под музыку.

Упр. 8. « Спящий котёнок»

а) Дети исполняют роль котёнка, который ложится на коврик и засыпает. Все мышцы расслаблены, дыхание расслабленное.

б) Коллективный этюд.

Ведущий: « Солнечный лучик коснулся щёчки котёнка. Котёнок открыл один глаз , второй и увидел солнышко. Потянулся, сладко потянулся. Вдруг на нос села муха. Котёнок пытается избавиться от неё вначале без помощи лап, затем лапкой. Муха отлетает и садится невдалеке. Котёнок охотится за мухой». Можно этюд выполнять под музыку.

Упр. 9. « Факир»

Дети садятся на пол, скрестив по-турецки ноги, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена так, что подбородок касается груди, глаза закрыты. Факиры отдыхают. Можно использовать спокойную музыку.

Упр. 10. « Перекачивание энергии»

а) Поочерёдно напрягаем и расслабляем мышцы по команде: «голова», «правая рука», «шея», « левая нога», «кисть правой руки » и т.д.

б) Постепенно напрягаем и расслабляем группы мышц, как бы «перекачивая энергию»: голова – напрягли, расслабили; шея – напрягли, расслабили и т.д.(плечи, руки, позвоночник, живот, ноги....)

в) По команде руководителя напрягаем: голова, шея, плечи, предплечья, локти, кисти, позвоночник ... ступни ног. Расслабление в обратном порядке.

Упр.11. « Робот»

Напрягли все мышцы, как у робота, идём по кругу, выполняя команду руководителя: робот здоровается, нашёл копейку, пьёт чай, танцует, играет в мяч. Заканчивается упражнение заданием: робот сломался:« развинтилась одна нога», другая, позвоночник и т.д.

Упр. 12. « Воображаемый предмет»

а) Дети передают по кругу воображаемый предмет: лёгкий, тяжёлый, маленький, объёмный, мягкий, сыпучий (кирпич, ведро воды, семечки, котёнок, пушинку, картину и т.д.)

б) По кругу передаётся воображаемый предмет, но не называется какой. Второй принимает его и передаёт дальше. Каждый передаёт тот предмет, который он считает, что ему передали. Угадывать не обязательно. Ведущий спрашивает у каждого что получил (какой предмет) и передал.

Упр. 13. «Поза».

Принимать различные позы, как в горизонтальном так и в вертикальном положении: сидя, полусидя, стоя на коленях, в одиночку, группами, со стульями, со столом, другой мебелью. Подметить излишнее напряжение, понять какое напряжение необходимо при всякой позе. Проверка собственным контролёром.

Упр. 14. «Пылесос и пылинки»

Звучит музыка. Пылинки весело танцуют. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг себя и, кружась всё медленнее и медленнее, оседают на пол. Пылесос собирает пылинки, кого коснётся, тот встаёт и уходит. Когда ребёнок – пылинка садится на пол, спина и плечи у него расслаблены и сгибаются вперёд- вниз, руки опускаются, голова наклоняется, он весь как бы обмякает.

Упр. 15. «Пчёлка»

Ведущий говорит: «Пчёлка летит!» и называет части тела, над которыми пролетает пчёлка или пытается сесть. Когда пчёлка подлетает, мышцы напрягаются, улетаёт – расслабляются. (Нос, ухо, щека, плечо, под ногами).

Упр. 16. «Холодно – жарко»

Представьте, что подул холодный ветер, вы замёрзли, сжались в комочек. Стало жарко, пригрело солнышко –развернулись, расслабились. Опять холодно – напряжение, жарко – расслабление и т.д.

Упр. 17. «Запахи»

а) Вспомнить и вдохнуть запах моря, утренний запах реки, озера (работает нижняя часть лёгких); б) вспомнить запах клевера, летнего луга, травы, полевых цветов, свежего сена (средняя часть лёгких); в) вспомнить (вообразить!) и вдохнуть запах гор (верхняя часть лёгких).

Упр. 18. «Сломался, растаял»

Зажали ступни ног, голень, бёдра, подтянули ягодицы, напрягли мышцы рук, позвоночник, шею, лицо, затем на вдохе руки через сопротивление пошли вверх и сразу «сломалось» одновременно с выдохом всё тело. При выдохе можно использовать звукосочетание «ха!» То же самое сначала, только на выходе не «сломались», а «растаяли». Упражнение делается 5-6 раз. Можно подключить воображение. Например, сломалась «сосулька», «растаяло эскимо» и др.

Упр.19. «Разминка рук»

Всевозможные плавные манипуляции: поглаживание, вращение в разные стороны, потряхивание кистей рук, запястья, работа рук «от локтя» и «от плеча». Упражнения на пластику рук: «Кошечка», «Веер», «Схватили-бросили», «Снежки», «Рыбка», «Змея» и др.

Упр.20. «Этажи»

Плечи подняли на 1 этаж, 2, 3, 4 в различных вариантах и различной последовательности. Можно подключить звук (сонорный) или любое звукосочетание с гласными (алга, амма, анна).

Упр. 21. «Свечки»

Раскрепощение плечевого пояса. На ладонках воображаемые свечки. Не погасив их, выворачиваем руки вперёд, назад, в стороны со звуком «Л» поднеся к лицу делаем короткий вдох и задуваем со звуком «Ф».

Упр. 22. «Магнит»

а) Работа в парах: один «магнит», другой «кусочек железа». «Магнит» вытянутыми руками пытается заставить «железо» двигаться в различных положениях: голова (освобождаем мышцы шеи), затем всё тело (вверх, вниз, в стороны).

б) То же самое можно выполнять со всей группой одно - временно.

Руководитель-«магнит», остальные «кусочки железа», «гвозди», «кнопки», «железные стружки».

Упр. 23. «Булочник»

Работа в парах. Один садится на пол, тело совершенно свободно: лёгкое, воздушное, как тесто. Второй «булочник» начинает «месить», а затем «лепить» человека. Затем меняются местами. Можно подключить звук «М». Челюсти разомкнуты, а рот закрыт.

Упр. 24. «Водоросли»

Все лежат на полу, руководитель даёт команду: идёт волна сбоку, сзади, спереди и т.д. Руки, ноги, всё тело реагирует на течение волны.(Подключить сонорный звук)

Упр. 25. «Шарик»

У вас внутри шарик, куда он движется, та часть тела и выпирает со звуком «Х»(при движении шарика тренируется длинный вдох со звуком, при остановке –короткий).

ВООБРАЖЕНИЕ

Цель: развитие у детей творческого подхода, выдумки, стремления творить. Развитие фантазии, чувства правды и контроля.

Для развития воображения и фантазии прекрасно служит работа над сказками. Это не инсценировка, а игра в сказку. Сюжет сказки берётся за основу, а остальное фантазируется в процессе занятий.

Упр.1. «Где мы были, мы не скажем, а что делаем - покажем»

(Выполняется по одному и по группам) Группа показывает какие-то действия без предметов, вторая угадывает, что они делают. Вариант

«Какую работу я делаю?».

Требования: достоверность, убедительность, похожесть, узнаваемость, скрупулёзность, точность действия.

Упр.2. « Игра в сказку».

Пример : сказка К. Чуковского «Муха-Цокотуха».

А) «Муха денежку нашла» - Как это случилось?(придумываются варианты разными исполнителями)

Б) «Пошла Муха на базар» - Что за базар? Кто и что продаёт? Как Муха купила самовар?

В) «Именины у Мухи» - Каждый придумывает себе персонаж, фантазирует, как он приходит на именины, что дарит и т.д.

Упр.3. « Зёрнышки».

Дети представляют, что они «зёрнышки», из которых вырастают цветы, фрукты. Овощи и всё что только можно нафантазировать. Упражнение желательно выполнять под музыку разных темпов, это помогает создать особое настроение.

Упр.4.«Пристройки».

Один студиец выходит на сцену и занимает позу, соответствующую какому-либо действию. Остальные в зависимости от собственной фантазии «пристраиваются» – тоже

занимают позы, действия которых могут помочь или препятствовать действиям первого. Выстраивается пластическая композиция. По команде руководителя: «Действуйте!» все начинают выполнять действия, соответствующие тем позам, которые они заняли. Руководитель выясняет: какое действие делает первый и что делал сам. Вариант: можно пристраиваться не только к первому, но и другим партнёрам на площадке. Не обязательно угадать действия первого, важно из одной позы «вытащить», придумать как можно больше действий.

Упр.5.«Волшебный карман» .

Игра с воображаемым предметом. Вначале действия выполняются с реальными предметами. Нужно запомнить их форму, вес, поверхность.

Потом каждый по очереди достаёт из своего кармана уже воображаемый предмет. Назовём его «Волшебником», а так как карман «волшебный», то и предмет может быть разного размера и веса. А что это за предмет ребята должны угадать по точным действиям и работе с воображаемым предметом «Волшебника».

Упр.: 6. «Зверинец».

Представить, что класс для занятий – это зоопарк, в котором несколько клеток с животными. Придумать что это за животные, какой у них возраст, характер, отношения между друг другом.

Упр. 7. « Воображаемый предмет».

Оправдать предмет действием. Через действия показать что это. Например: МЯЧ– арбуз, череп, лампа, аквариум и т.д.

ШЛЯПА – ваза, кастрюля, торт, шкатулка, гриб и т.д.

ВЕРЁВКА – змея, скакалка, вожжи, пояс, галстук и т.д.

Упр. 8. « Играем в цирк».

Дети сами придумывают персонажей циркового представления(педагог лишь подсказывает, что цирк необычный и что в нём могут быть самые необыкновенные звери и птицы, например» дрессированные комарики».

Упр. 9. «Вижу что дано, отношусь как задано»

Даётся предмет, например: мячик, кегли, книга, шляпа и т.п. Нужно через действия представить и оправдать действиями и поверить, что мячик–это яблоко, горячая картошка, ёлочная игрушка, кислый лимон и т.п.

На следующее занятие предлагаются другие предметы. Например: книга – старая Библия , коробка с конфетами, кегля – хрустальная ваза, кувшин с Джином, граната. Дети сами придумывают из предлагаемых предметов что это может быть.

Упр. 10. « Три слова» : из трёх слов, например: слон , картина, дерево составить как можно больше предложений. Составить из этих же слов – рассказ, сказку.

Упр. 11.« Рассказ» :

Из данных слов за 2-3 минуты составить небольшой законченный рассказ. Можно его разыграть в этюде. Слова берутся произвольно, называются самими детьми. Можно работать в творческих микро-группах.

Упр. 12. « Художники».

Ребятам предлагается :

- а) Нарисовать фантастическое дерево и дать название,
- б) Нарисовать фантастическое животное и дать название.

Упр. 13. « Продолжи рассказ».

Даётся начало рассказа, например: «Иван Петрович- учитель истории, вошёл в класс. Дети стоят у своих парт, приветствуя его. Вдруг....»

«Незнайка и Шпунтик вышли в сад. Светило солнце. Винтик сидел за рулём автомобиля. Вдруг....»

Упр. 14. « Картина».

Все сидят в полукруге. Руководитель держит в руках лист чистой бумаги. Один пытается вообразить себе нарисованную на нём картину, он начинает детально описывать её, а все остальные стараются «увидеть» на листе то, о чём он говорит. Затем рассказ о картине продолжает второй, третий и т.д., дополняя уже «написанное» новыми деталями. Когда «картина» дойдёт до последнего, кто-то из ребят рассказывает всё, что на ней нарисовано.

Упр. 15. « Ассоциации».

Один из членов группы выходит за дверь. Оставшиеся договариваются о ком (о чем) пойдёт речь. Водящий должен определить о ком идёт речь, кого загадала группа, задавая вопросы: «Если бы это была мебель?...книга?.. посуда?... дерево?...фрукт?.. одежда?... и т.п. остальные, отвечая на эти вопросы, называют определённые предметы с соответствующими эпитетами, в известной степени отражающие сущность этого человека, которого должен угадать водящий. Учитывать, что мнения субъективные.

Упр. 16. « Как это происходит ?»

(Киномента воображения на основе литературного произведения). Прочитать небольшой отрывок из литературного произведения, где разворачивается какое-то событие.

Представить в своём воображении, как это происходит. Нужно ничего не пропустить, всё увидеть и услышать, ярко, конкретно. Вообразить и представить обстановку быта, одежду. Услышать голос персонажей, их интонации, чувства, мысли.

Упр. 17. « Этюды на три слова, три предмета»

Произвольно называются слова, записываются на бумажки и перемешиваются. Микро-группы выбирают три слова и готовят в течение 10-15 минут этюды, соединяя в единый сюжет все три слова. Также даются три предмета – сочиняются этюды и показываются.

Упр. 18. « Что было бы , если бы...»

- Наш город начал летать,
- Все продукты превратились в мороженое,
- Во всём мире исчезла бумага,
- У всех жителей города оторвались пуговицы,
- Ваш лифт взлетел на Луну,
- К вам постучался крокодил и попросил соли.

Упр. 19. « Придумать историю из одного задуманного слова» :

Например: «Чао!» , « Ириска» , « Кока-кола», « Мама» и т.д.

Упр. 20. « Сказка по картинке».

Построить рассказ, сочинить этюд с несколько, произвольно выбранных картинок. Разыграть сказку по 3, 5, 7 и более картинок.