

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «РАДУГА»

ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО ЦВР «Радуга»
 Н.В. Марова
« 30 » августа 2024



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Театральный мир»
(художественная направленность,
базовый уровень)**

с 8 лет на 1 год

Составитель:
Щелманова Татьяна Юрьевна
методист МБОУ ДО ЦВР «Радуга»

г. Городец

2024 год

Оглавление

1. Пояснительная записка	стр. 3
2. Воспитательная работа	стр. 6
3. Учебный план	стр. 9
4. Содержание учебного плана	стр. 10
5. Формы аттестации	стр. 19
6. Методические материалы	стр. 19
7. Оценочные материалы	стр. 19
8. Условия реализации программы	стр. 20
9. Список литературы	стр. 20
10. Приложение 1. Календарный учебный график	стр. 22
11. Приложение 2. Контрольно-измерительные материалы	стр. 23

1. Пояснительная записка

Искусство театра оказывает огромное воздействие на духовное развитие личности, ее самореализацию и социокультурную интеграцию. Включение искусства театра в учебно-воспитательный процесс образовательных организаций – это действительная потребность развития современной системы образования, которая переходит от эпизодического присутствия театра в школе к системному моделированию его образовательной функции. Актуально, чтобы в каждом образовательном учреждении был организован детский театральный коллектив.

Стремление к игре, к актерству присуще всем детям. Потребность ребенка в игровом поведении, способность «входить» в придуманные только им предлагаемые обстоятельства, обусловлены особым видением мира. А, как известно, где есть игра, там есть и творчество. Занятия в театральном объединении способствуют развитию фантазии, воображения, памяти, учат передавать различные эмоциональные состояния.

В процессе освоения театральных средств выразительности обогащается словарный запас, формируется звуковая культура речи, навыки связной речи, расширяется ее интонационный диапазон. Занятия не только развивают творческие способности ребенка, но и формируют коммуникативные качества, его систему ценностей. Работая в группе, ребенок осознает свою значимость в коллективе, воспитывает в себе чувство ответственности, учится владеть своей речью и не бояться публики, развивает в себе лидерские качества, расширяет кругозор.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа разработана в соответствии с нормативно-правовой документацией:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 26 мая 2021 г. № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
5. Приказ Министерства Просвящения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
9. Методические рекомендации для педагогов дополнительного образования «Организация деятельности школьного театра» утверждённые на заседании Учёного совета Театрального института имени Бориса Щукина № 7 от 28 марта 2022 г.;
10. Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы «Радуга».

Направленность программы – художественная.

Уровень программы – базовый.

Актуальность программы.

С появлением и развитием компьютерных технологий, особенно благодаря динамичной киберэволюции всемирной глобальной сети Интернет, современный мир преобразуется и изменяется, в следствие чего меняются факторы социализации человека.

При всей кажущейся яркости и занимательности новейших компьютерных технологий, следует отчётливо осознавать. Что ребёнок чаще всего остаётся пассивным зрителем, созерцателем подобных технологических чудес. Они не затрагивают тех психоэмоциональных центров головного мозга, которые отвечают за общее развитие и работу активного, действенного воображения, являющегося локомотивом всей творческой деятельности. Все эти качества эффективно реализуются в игровой форме.

Актуальность программы определяется необходимостью успешной социализации детей в современном обществе, повышение их общей культуры и эрудиции. Театрализованная деятельность становится способом развития творческих способностей, самовыражения, и самореализации личности, способной понимать общечеловеческие ценности, а также средством снятия психологического напряжения, сохранения эмоционального здоровья школьников.

Занятия театральной деятельностью вводят детей в мир прекрасного, пробуждают способности к состраданию и сопереживанию, активизируют мышление и познавательный интерес, а также главное – раскрывают творческие возможности и помогают психологической адаптации ребёнка в коллективе, тем самым создавая условия для успешной социализации личности.

Адресат программы. Возрастные и психофизические особенности возраста.

Программа предназначена для детей 8 - 10 лет.

На обучение принимаются все желающие обучаться по данной программе без предварительного отбора.

В возрасте 8 - 10 лет (младший школьный возраст) ребёнок начинает овладевать новой для себя деятельностью – учёбой. Это создаёт для него дополнительные психологические трудности. Ученик теперь начинает принимать решения, определять важность того или иного действия, деятельность становится осмысленной. Поэтому меняется его характер, поведение, его внимание и память. Параллельно происходит внутренняя оценка и сравнение себя с окружающими сверстниками. В этом возрасте

интерес ребёнка достаточно неустойчив. Существенную помощь в развитии его личностных качеств могут дать занятия творчеством.

Занятия в театральном коллективе помогут ребёнку сформировать основы, необходимые для его комфортного существования: усидчивость, волевой интеллект, эмпатию, нацеленность на результат.

Режим занятий и формы обучения.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа с перерывом 10 минут в конце первого часа.

Форма обучения – очная, групповая. Количество учащихся в группе 10-15 человек.

В случае введения ограничительных мер на реализацию дополнительных общеобразовательных программ в очном формате, связанных с санитарно-эпидемиологической обстановкой в субъекте Российской Федерации или муниципальном образовании, реализация дополнительных общеобразовательных программ с ***применением дистанционных образовательных технологий*** через группы в сети интернет: zoom, группы ВК.

Срок реализации программы – 1 год.

Общее количество учебных часов – 144 часа, 36 учебных недель.

Формы подведения итогов. В ходе освоения дополнительной общеобразовательной программы «Театральная страна», трижды в год (начало, середина и конец учебного года) проводится текущий контроль за освоением учащимися учебного плана программы. Формы проведения текущего контроля: наблюдение, творческие задания.

В конце учебного года, по окончании обучения, проводится промежуточная аттестация учащихся. Формы проведения промежуточной аттестации: творческие задания; показ театрального этюда.

Цель программы.

Целью программы является приобщение детей младшего школьного возраста к искусству театра, развитие творческих способностей средствами театрального искусства.

Задачи программы.

Обучающие:

- обучение основам сценического действия;
- знакомство с основным языком театрального искусства;
- знакомство с основными принципами коллективной творческой деятельности;

Развивающие:

- развитие зрительного и слухового внимания, памяти, наблюдательности, находчивости, фантазии, воображения, образного мышления;
- научить пользоваться интонациями, выражающими основные чувства;
- помощь в развитии культуры речи;

Воспитательные:

- помощь в воспитании уважительного отношения между членами коллектива, чувства ответственности за общее дело;
- воспитание культуры поведения в театре;
- помощь в формировании потребности в творческом самовыражении;

- содействие формированию эстетического восприятия и художественного вкуса.

Ожидаемые результаты:

По итогам освоения программы учащиеся будут знать:

- особенность театра как вида искусства, историю возникновения театра;
- виды театров;
- правила поведения в театре;
- театральные профессии;
- теоретические основы актёрского мастерства, пластики и сценической речи;
- упражнения для проведения артикуляционной гимнастики;
- упражнения для снятия мышечных зажимов;

уметь:

- ориентироваться в сценическом пространстве;
- выполнять простые действия на сцене;
- взаимодействовать на сценической площадке с партнёром;
- создавать и «оживлять» образы предметов и живых существ;

личностные результаты:

- умение слаженно работать в коллективе, оценивать собственные возможности решения учебной задачи и правильность её выполнения;
- создание предпосылок для объективного анализа работы и работы товарищей;
- готовность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

метапредметные результаты:

- приобретение навыков самоконтроля и самооценки;
- умение организовать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе.

2. Воспитательная работа

1. Цель, задачи, ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения и, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2021 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п.2).

Задачами воспитания по программе являются:

- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций театральной культуры; информирование детей, организация между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения детей к занятиям в театральном коллективе, к собственным нравственным позициям и этике поведения в объединении;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе детского творческого объединения;

- создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности и комфорта, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, театра, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимание ценности жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимая ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей);
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- воспитание уважения к театральной культуре народов России, мировому театральному искусству;
- развитие творческого самовыражения на театральной сцене, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

2. Формы и методы воспитания

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействия в театральных постановках, этюдах; в участии и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступление на площадках Центра внешкольной работы «Радуга», участие в районном фестивале «Театр – страна настоящего!» и концертных программах к праздничным датам.

В воспитательной деятельности с учащимися творческого объединения по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение); метод положительного примера (педагога, родителей, детей); метод стимулирования и поощрения (индивидуального и публичного); методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

1. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в МБОУ ДО ЦВР «Радуга», а также на выездных базах, мероприятиях в образовательных организациях и учреждениях культуры Городецкого муниципального округа.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношением друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогу, к выполнению своих заданий по программе.

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонафицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка. Обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на

коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

Календарный план воспитательной работы

Дата проведения	Мероприятие	Направление
01.09	День знаний	Духовно-нравственное
01.10	Международный день музыки	Духовно-нравственное
01.10	Международный день пожилых людей	Духовно-нравственное
05.10	День работника образования (день учителя)	Духовно-нравственное
11.10	Международный день девочек	Духовно-нравственное
28.10	День бабушек и дедушек	Духовно-нравственное
04.11	День народного единства	Гражданско-патриотическое
13.11	Всемирный день доброты	Духовно-нравственное
18.11	День рождения Деда Мороза	Учебно – познавательная деятельность
20.11	Всемирный день ребенка	Духовно-нравственное
26.11	День матери России	Духовно-нравственное
30.11	Всемирный день домашних животных	Экологическое
30.11	День Государственного герба Российской Федерации	Гражданско-патриотическое
03.12	Международный день инвалидов	Духовно-нравственное
09.12	День Героев Отечества	Гражданско-патриотическое
12.12	День Конституции Российской Федерации	Гражданско-патриотическое
01.01	Новогодний праздник	Эстетическое
27.01	День полного освобождения Ленинграда от Фашистской блокады	Гражданско-патриотическое
21.02	Международный день родного языка	Учебно-познавательное
23.02	День защитника Отечества	Гражданско-патриотическое
08.03	Международный женский день	Духовно-нравственное
24-30.03	Неделя детской и юношеской книги (24-30 марта)	Учебно-познавательное
24-30.03	Неделя музыки для детей и юношества (24-30 марта)	Учебно-познавательное
27.03	Всемирный день театра	Духовно-нравственное
01.04	День смеха	Эстетическое
22.04	Всемирный день Земли	Экологическое
29.04	Международный день танца	Эстетическое
01.05	День Весны и Труда	Трудовое воспитание
09.05	День Победы в Великой Отечественной войне	Гражданско-патриотическое
12.05	Всемирный день медицинских сестёр	Трудовое воспитание (профорентация)
15.05	Международный День семьи	Духовно-нравственное
18.05	Международный день музеев	Духовно-нравственное
19.05	День общественных организаций России	Гражданско-

		патриотическое
01.06	День защиты детей	Духовно-нравственное
12.06	День России	Гражданско-патриотическое
22.06	День памяти и скорби	Гражданско-патриотическое
08.07	День семьи, любви и верности	Духовно-нравственное
В течение года	Участие в конкурсах и фестивалях	Духовно-нравственное

3. Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Азбука театра	4	3	1	Беседа; выполнение творческих заданий
2.	Сценическая речь (культура и техника речи)	14	1	13	Наблюдение; выполнение творческих заданий
3.	Актёрская грамота	22	12	10	Наблюдение, выполнение творческих заданий
4.	Предлагаемые обстоятельства (Театральные игры)	30	8	22	Наблюдение, выполнение творческих заданий
5.	Ритмопластика	34	6	28	Наблюдение, выполнение творческих заданий
6.	Работа над инсценировками (миниатюрами, миниспектаклями)	38	4	34	Наблюдение, выполнение творческих заданий
7.	Промежуточная аттестация	2	-	2	Творческий отчёт

4. Содержание учебного плана

1. Азбука театра

Теория. Знакомство с обучающимися. Ознакомление с режимом занятий, правилами поведения на занятиях, формой одежды и программой.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях, правилами противопожарной безопасности.

Беседы о театре. Театр как вид искусства. Особенности театрального искусства. Виды театров. Правила поведения в театре. Устройство сцены и театра. Театральные профессии.

Практика. Театр вокруг нас. Ролевая игра «Мы идём в театр».

Актёр – главное чудо театра. Беседа «Почему актёров называют чудом?». О профессии актёра и его способности перевоплощаться. Игры «По правде и понарошку», «Одно и то же по-разному».

2. Сценическая речь

Теория. Предмет сценической речи. Диапазон звучания. Темп речи. Интонация. Дыхательная гимнастика. Артикуляционная гимнастика. Выразительное чтение, громкость и отчётливость речи, посыл звука в зрительный зал.

Практика. Упражнения для подключения к работе речевого аппарата всего тела.

Дыхание. Упражнения на развитие дыхания нужно давать через образы фантазии: основы правильного дыхания (например, у вас в животе цветок, книжка, мячи т.п.);

- упражнения на холодный и теплый выдох (например, сдувать пылинки пушинки, согреть партнера, оттаивать застывшее стекло или рисовать на нем рисунки);

- упражнения на дыхание, лёжа (например, поднимать ноги в положение «Шлагбаум» и не пропускать других детей или конкретного партнера);

Блок упражнений по артикуляции и дикции в этой возрастной категории рекомендуется сделать основным.

Артикуляция. Обращать внимание на:

- обособленность движений (занимаемся развитием мышц языка, а губы и нижняя челюсть находятся в покое);

- медленный темп увеличивает нагрузку на мышцы и делает упражнение более эффективным;

- координация движений и покоя всех частей речевого аппарата;

- соединение координации и моторики (например, использовать предметы-мячики, игрушки-мнушки, кольца суджок и т.д.);

В итоге работы с артикуляционным блоком можно использовать упражнения под музыку.

Дикция. Обращать внимание на:

- медленный темп упражнений (тексты скороговорок сначала читать медленно и только после четкого внятного произношения прибавлять скорость);

- внятное произношение всех необходимых звуков (не проглатывать звуки, слоги, согласный в конце слова);

- ритмические вариации (скороговорки в диалогах, с различным словесным действием – убедить, заинтересовать, посмеяться над кем-то и т.п.);

- многократное повторение, которое должно перевести количество в качество.

Голос. Упражнения на развитие голоса для этого возраста нецелесообразны.

Финальным материалом может быть коллективно рассказанная сказка с вкраплением дикционных и дыхательных упражнений, а также детские стихи в хоровом и индивидуальном варианте.

Теория. Предмет сценической речи. Диапазон звучания. Темп речи. Интонация.

Дыхательная гимнастика, фонационная (звуковая) гимнастика. Артикуляционная гимнастика. Гигиенический массаж, вибрационный массаж. Художественное чтение как вид исполнительского искусства. Основы практической работы над голосом.

Выразительное чтение, громкость и отчетливость речи, посыл звука в зрительный зал.

Практика. Работа над четкой артикуляцией. Гимнастика для губ, языка, челюсти.

Например, выполнение таких упражнений артикуляционной гимнастики как:

«Точилка», «Иголки», «Ходики»,

««Лопатки – жало», «Волейбольная сетка», «Трубочка», «Укол», «Зонтик», «Чашечка»,

«Кружочки»,

«Лопатка», «Лошадки» и т.д.

Выполнение упражнений дыхательной гимнастики.

Выполнение дикционных упражнений, произнесение скороговорок. Голосовой тренинг. Участие в играх на выразительность и громкость голоса: «Оркестр», «Метание звуков», «Звук и движение».

Выразительное чтение по ролям. Разучивание и инсценировка чистоговорок, скорогово- рок и стихов. Участие в играх со словами и звуками: «Ворона», «Чик-чирик», «Мишень», «Сочиняю я рассказ». «Все слова на букву...». Упражнения «и,э,а,о,у,ы»; двойные согласные: «пэ-ббэ, па-бба, пу-ббу, пы-ббы» и т.п. Сказ о том, как была придумана азбука (по сказке Р. Киплинга «Как была выдумана азбука»).

Развитие навыка логического анализа текста (на материале детских стишков). Знаки препинания, грамматические паузы, логические ударения.

3. Актёрская грамота

Упражнения по актерскому мастерству, направленные на развитие творческой личности ребенка, воспитывают в ребенке: умение слушать, развитие памяти, концентрацию, трудовую этику (не подвести партнеров), самодисциплину, умение работать под давлением, улучшение языка тела, бесстрашие перед публичными выступлениями, коммуникативные навыки (исчезает замкнутость и скрытость), уверенность (исчезают страхи), уравновешенность. Ребенок учится решать проблемы, развивает внимание, мышечную свободу, воображение, фантазию и многое другое.

Теория. Работа актера над собой. Особенности сценического внимания. Значение дыхания в актерской работе. Мышечная свобода. Зажим. Сценическое оправдание как мотивировка сценического поведения актера. Понятие о предлагаемых обстоятельствах. Сценическое отношение – путь к образу. Сценическая задача и чувство. Сценическое действие. Мысль и подтекст. Сценический образ как «комплекс отношений».

Практика. Тренинги на внимание. Выполнение упражнений на коллективную согласованность действий. Тренинги и выполнение упражнений с приемами релаксации. Выполнение упражнений: на развитие сценического внимания. Работа над дыханием. Выполнение этюдов: на достижение цели, на события, на зону молчания, на рождение слова, этюдов-наблюдений.

Педагогам предлагается определенная форма подачи того или иного упражнения в процессе воспитания и обучения детей от 8-11 лет.

Пример. Упражнение, направленное на внимание – «Пишущая машинка». Поставить группу в полукруг либо в круг. Раздать каждому участнику букву алфавита (у одного ребенка может быть несколько букв). Проверить, знают ли все ученики, у кого какие буквы. Преподаватель произносит слово, придуманное им заранее. Например, слово – «носорог». Преподаватель хлопает в ладоши, ему в ответ хлопает ученик, у которого была буква «Н», затем вновь преподаватель хлопает в ладоши – ученик, у которого буква «О» хлопает ему в ответ и так далее. В конце слова хлопает вся группа. В дальнейшем упражнение усложняется, печатаются целые фразы в определенном ритмическом рисунке и без хлопков преподавателя. Теперь рассмотрим, как это упражнение можно объяснить нашей возрастной группе.

Ребята, мы с вами оказались на необитаемом острове. Нам с вами нужно написать письмо и отправить его с голубем на материк, тогда к нам в гости смогут приехать наши родители и близкие друзья. А писать мы будем наше письмо волшебным способом. Каждую букву мы будем по очереди хлопать в ладоши. Например, слово

«Здравствуйте!». А в конце нашего слова два хлопка будет делать наш голубь (выбранный из учеников). Это будет означать, что он запомнил это слово, и мы может печатать дальше. В итоге, печатается целое предложение. Голубь, запомнив всю фразу, улетает на материк, чтобы пригласить всех близких в гости на необитаемый остров. Важно в этом интересном возрасте создавать предлагаемые обстоятельства «сказочной игры», тогда линия поведения ребенка будет интегрирована в близкие для него обстоятельства, что послужит импульсом для его включения в театральную-игровую процесс, что повлияет на его творческое развитие.

4. Предлагаемые обстоятельства (Театральные игры)

Теория. Общеразвивающие игры и специальные театральные игры. Понятие «игра». Возникновение игры. Понятие «театральная игра». Значение игры в театральном искусстве. Воображение и вера в вымысел.

Режиссерская игра.

Игры-импровизации. Игры-инсценировки. Игры-превращения. Игры-драматизации. Язык жестов, движений и чувств.

Понятие «Предлагаемые обстоятельства». Понятие «Я» в предлагаемых обстоятельствах. Составление этюдов. Индивидуальные и групповые этюды. Этюды-пантомимы.

Танец и слово. Работа с реквизитом. Работа с декорациями. Инсценирование музыкальных произведений. Импровизация.

Практика. Выполнение упражнений на предлагаемые обстоятельства. Участие в играх-инсценировках, играх-превращениях, сюжетных играх.

Обыгрывание бытовых ситуаций из детских литературных произведений. Сочинение и представление этюдов по сказкам.

Выполнение музыкальных этюдов.

Выполнение упражнений: «Сказка», «Ассоциация», «Борьба стихий», «Ладонь», «Три точки» и др. Выполнение упражнений: «Круги внимания», «Угадать шумы», «Искусственные шумы»,

«Радио», «Слышать одного» и др.

Выполнение упражнений: «Узнать запахи», «Ощущения запаха», «Вкусовые ощущения»,

«Фотография» и др.

Выполнение этюдов: «Встреча», «Знакомство», «Ссора», «Радость», «Удивление».

5. Ритмопластика

Теория. Пластика. Мышечная свобода. Жесты.

Универсальная разминка. Тренировка суставно-мышечного аппарата. Тело человека: его физические качества, двигательные возможности, проблемы и ограничения. Гимнастика на снятие зажимов рук, ног и шейного отдела.

Речевая и двигательная гимнастика. Произношение текста в движении.

Характерность движения.

Правильно поставленный корпус – основа всякого движения. Упражнения на координацию движений и ощущения тела в пространстве при произнесении диалога. Речевое взаимодействие. Такт, музыкальная фраза, акценты, сильная и слабая доля. Правильная техника дыхания.

Музыкальный образ средствами пластики и пантомимы. Музыка и пластический образ. Влияние музыки на возникновение пластических образов, попытки создания образа, внутреннее созерцание образа в движении под музыку.

Пластическая импровизация на музыку разного характера.

Понятия: точки зала (сцены); круг, колонна, линия (шеренга); темпы: быстро, медленно, умеренно.

Буквы и звуки. Комплексы упражнений, тренирующих все части тела с акцентом на развитие гибкости и подвижности во время произнесения текста и выполнения сценической задачи: общее и различное.

Практика. Выполнение упражнений на развитие двигательных способностей (ловкости, гибкости, подвижности, выносливости), на освобождение мышц, равновесие, координацию в пространстве. Участие в играх и выполнение упражнений на развитие пластической выразительности (ритмичности, музыкальности, координации движений).

Тренинги: «Тележка», «Собачка»,

«Гусиный шаг», «Прыжок на месте».

Тренировочный бег. Бег с произношением цифр, чтением стихов, прозы. Выполнение упражнений при произнесении элементарных стихотворных текстов.

Выполнение основных позиций рук, ног, постановки корпуса. Работа над жестами (уместность, выразительность). Участие в играх на жестикуляцию (плач, прощание, встреча). Выполнение этюдов на основные эмоции (грусть, радость, гнев).

Перестроение в указанные (геометрические) фигуры. Хлопки, ходьба, бег в заданном ритме.

Выполнение упражнений на запоминание и воспроизведение ритмического рисунка, для развития актерской выразительности.

Участие в играх на определение сценического образа через образ музыкальный.

Слушание музыки и выполнение движений (бег – кони, прыжки – воробей, заяц, наклоны – ветер дует и т.д.) в темпе музыкального произведения.

5. Работа над инсценировками (миниатюрами, миниспектаклями)

Теория. Чтение литературного произведения. Разбор. Читка по ролям. Разучивание текстов.

Практика. Этюдные репетиции на площадке. Разбор мизансцен. Выполнение сценического действия, своей задачи. Сценическая оценка. Прогоны.

6. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация проводится по окончании обучения по программе.

Практика. Творческий отчет (показ инсценировок, театральных миниатюр).

Учебно-тематический план

№	Раздел	Количество во часов	Форма контроля
1.	Азбука театра	4	Беседы, Наблюдение
1.1	Знакомство с учащимися. Ознакомление с режимом занятий, правилами поведения на занятиях, формой одежды и программой. Устав и название коллектива. Инструктаж по технике безопасности на занятиях, во время посещения	2	

	спектаклей, поездок в автобусе, правилами противопожарной безопасности. Беседа о театре. Театр вокруг нас. Ролевая игра «Мы идем в театр». О профессии актера и его способности перевоплощаться. Игры «По правде и понарошку», «Одно и то же по-разному»		
1.2	Театр как вид искусства. Особенности театрального искусства. Виды театров. Правила поведения в театре. Устройство сцены и театра. Театральные профессии. Актер – главное «чудо» театра	2	
2	Сценическая речь	14	Наблюдение. Выполнение творческих заданий
2.1	Предмет сценической речи. Диапазон звучания. Темп речи. Интонация. Дыхательная гимнастика, фонационная (звуковая) гимнастика. Артикуляционная гимнастика. Гигиенический массаж, вибрационный массаж.	2	
2.2	Художественное чтение как вид исполнительского искусства. Основы практической работы над голосом	2	
2.3	Выразительное чтение, громкость и отчетливость речи, посыл звука в зрительный зал. Участие в играх на выразительность и громкость голоса: «Оркестр», «Метание звуков», «Звук и движение»	2	
2.4	Выполнение дикционных упражнений, произнесение скороговорок. Голосовой тренинг. Выразительное чтение по ролям. Разучивание и инсценировка чистоговорок, скороговорок и стихов	2	
2.5	Сказ о том, как была придумана азбука (по сказке Р. Киплинга «Как была выдумана азбука»)	2	
2.6	Развитие навыка логического анализа текста (на материале детских стишков). Знаки препинания, грамматические паузы, логические ударения.	2	
2.7	Участие в играх со словами и звуками: «Ворон», «Чик-чирик», «Мишень», «Сочиняю я рассказ», «Все слова на букву...» Упражнения «и,э,а,о,у,ы»; двойные согласные: «пэ-ббэ, па-бба, пу-ббу, пы-ббы» и т.п.	2	
3	Актёрская грамота	22	Наблюдение.

			Выполнение творческих заданий
3.1	Работа над собой	2	
3.2	Особенности сценического внимания Тренинги на внимание	2	
3.3	Значение дыхания в актёрской работе. Выполнение упражнений: на развитие сценического внимания, по работе над дыханием	2	
3.4	Мышечная свобода. Зажим. Выполнение упражнений с приёмами релаксации	2	
3.5	Сценическое поведение актёра	2	
3.6	Понятие о предлагаемых обстоятельствах. Выполнение этюдов: на событие, на наблюдения.	2	
3.7	Путь к образу. Выполнение упражнений на согласованность действий	2	
3.8	Сценические этюды-наблюдения	2	
4	Предлагаемые обстоятельства	30	Наблюдение. Выполнение творческих заданий
4.1	Игры на сплочение	2	
4.2	Общеразвивающие игры. Понятие «Игра»	2	
4.3	Понятие «Театральная игра», значение игры в театральном искусстве	2	
4.4	Игры-импровизации. Игры-инсценировки	2	
4.5	Игры-превращения	2	
4.6	Язык жестов, движений и чувств	2	
4.7	Понятие «Предлагаемые обстоятельства». Выполнение упражнений на предлагаемые обстоятельства. Участие в играх-инсценировках, сюжетных играх	2	
4.8	Понятие «Я в предлагаемых обстоятельствах»	2	
4.9	Составление этюдов. Индивидуальные, групповые. Обыгрывание бытовых ситуаций из детских литературных произведений. Сочинение и представление этюдов по сказкам	2	
4.10	Этюды-пантомимы	2	
4.11	Танец и слово. Этюды: «Встреча», «Знакомство», «Ссора», «Радость», «Удивление»	2	
4.12	Работа с реквизитом	2	
4.13	Работа с декорацией	2	
4.14	Музыкальные этюды. Выполнение упражнений под музыку	2	
4.15	Показ театральных миниатюр	2	
5.	Ритмопластика	34	Наблюдение.

			Выполнение творческих заданий
5.1	Пластика. Мышечная свобода. Жесты	2	
5.2	Выполнение основных позиций рук, ног, постановки корпуса. Работа над жестами (уместность, выразительность). Участие в играх на жестикуляцию (плачь, прощание, встреча). Выполнение этюдов на основные эмоции (грусть, радость, гнев)	2	
5.3	Универсальная разминка. Выполнение упражнений на развитие двигательных способностей (ловкости, гибкости, подвижности, выносливости), на освобождение мышц, равновесие, координацию в пространстве	2	
5.4	Тренировка суставно-мышечного аппарата	2	
5.5	Тело человека: его физические качества, двигательные возможности, проблемы и ограничения	2	
5.6	Гимнастика на снятие зажимов рук, ног и шейного отдела	2	
5.7	Речевая двигательная гимнастика. Выполнение упражнений при произнесении элементарных стихотворных текстов	2	
5.8	Произношение текста в движении. Тренировочный бег. Бег с произношением цифр, чтением стихов, прозы	2	
5.9	Характерность движения	2	
5.10	Правильно поставленный корпус – основа всякого движения. Участие в играх и выполнение упражнений на развитие пластической выразительности (ритмичности, музыкальности, координации движений). Тренинги: «Тележка», «Собачка», «Гусиный шаг», «Прыжок на месте»	2	
5.11	Упражнения на координацию движений и ощущения тела в пространстве при произнесении диалога. Речевое взаимодействие	2	
5.12	Такт, музыкальная фраза, акценты, сильная и слабая доля. Правильная техника дыхания	2	
5.13	Музыкальный образ средствами пластики и пантомимы. Перестроение в указанные (геометрические фигуры). Хлопки, ходьба, бег в заданном ритме. Выполнение упражнений на запоминание и воспроизведение ритмического	2	

	рисунка, для развития актёрской выразительности		
5.14	Музыка и пластический образ (влияние музыки на возникновение пластических образов: попытки создания образа, внутреннее созерцание образа в движении под музыку)	2	
5.15	Пластическая импровизация на музыку разного характера. Участие в играх на определение сценического образа через образ музыкальный. Слушание музыки и выполнение движений (бег - кони, прыжки - воробей, заяц, наклоны – ветер и т.д.) в темпе музыкального произведения	2	
5.16	Понятия: точка зала (сцены); круг; колонна; линия (шеренга); темпы: быстро, медленно, умеренно. Буквы и звуки	2	
5.17	Комплексы упражнений, тренирующих все части тела с акцентом на развитие гибкости и подвижности во время произнесения текста и выполнения сценической задачи: общее и различное	2	
6.	Работа над инсценировками (миниатюрами)	36	Наблюдение. Выполнение творческих заданий
6.1	Чтение литературного произведения (сценария)	2	
6.2	Разбор	2	
6.3	Читка по ролям	2	
6.4	Читка по ролям	2	
6.5	Читка по ролям	2	
6.6	Разучивание текстов	2	
6.7	Разучивание текстов	2	
6.8	Этюдные репетиции на площадке. Разбор мизансцен	2	
6.9	Этюдные репетиции на площадке	2	
6.10	Этюдные репетиции на площадке	2	
6.11	Разбор мизансцен	2	
6.12	Разбор мизансцен	2	
6.13	Выполнение сценического действия, своей задачи	2	
6.14	Разбор мизансцен	2	
6.15	Выполнение сценического действия, своей задачи	2	
6.16	Прогон	2	
6.17	Сценическая оценка	2	
6.18	Прогон	2	

6.19	Прогон	2	
6.20	Творческий отчёт	2	
7.	Промежуточная аттестация	2	Творческий отчёт
	Итого	144 часа	

5. Формы аттестации

Итоги освоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Театральный мир» подводятся в конце учебного года, по окончании обучения по программе, в форме творческого отчёта - показа инсценировки или театральной миниатюры.

6. Методические материалы

Учебно-методическое обеспечение программы

Основные формы организации образовательной деятельности: беседа, наблюдение, показ, репетиция.

При реализации программы «Театральный мир» используются следующие **педагогические технологии:**

- лично-ориентированное обучение,
- дифференцированное обучение,
- игровые технологии,
- системно-деятельностный подход в организации обучения школьников. Также могут быть использованы дистанционные образовательные технологии.

Программа построена на принципах дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами театральной культуры;
- принцип движения от простого к сложному, постепенное усложнение теоретического и практического материала;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности школьников.

Эти важнейшие педагогические принципы позволяют вносить коррективы в программу согласно интересам, потребностям и возможностям каждого ребенка в его творческом развитии. При освоении программы используются следующие методы обучения:

- наглядные (показ, просмотр видеоматериалов);
- словесные (рассказы, беседы, работа с текстами, анализ и обсуждение);
- практические (репетиции, экскурсии, посещение театров и концертных залов).

7. Оценочные материалы

Результативность обучения дифференцируется по трем уровням: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень освоения программы (8-10 баллов)

Для высокого уровня освоения программы характерны: активная познавательная и творческая преобразующая деятельность детей, самостоятельная работа, заинтересованность, увлеченность, высокая внутренняя мотивация.

Учащийся проявляет устойчивый интерес к театральному искусству и театрализованной деятельности. Понимает основную идею литературного произведения (пьесы). Творчески интерпретирует его содержание. Способен сопереживать героям и передавать их эмоциональные состояния, самостоятельно находит выразительные средства перевоплощения. Владеет интонационно-образной и языковой выразительностью художественной речи и применяет в различных видах художественно-творческой деятельности. Активный организатор и ведущий коллективной творческой деятельности. Проявляет творчество и активность на всех этапах работы.

Средний уровень освоения программы (5-7 баллов)

Для среднего уровня освоения программы характерны: активная познавательная деятельность, проявление самостоятельности и творческой инициативы при выполнении заданий, неустойчивая положительная мотивация.

Учащийся проявляет эмоциональный интерес к театральному искусству и театрализованной деятельности. Владеет знаниями о различных видах театра и театральных профессиях. Понимает содержание произведения. Дает словесные характеристики персонажам пьесы, используя эпитеты, сравнения и образные выражения. Владеет знаниями об эмоциональных состояниях героев, может их продемонстрировать в работе над пьесой с помощью педагога. Создает по эскизу или словесной характеристике образ персонажа. Проявляет активность и согласованность действий с партнерами. Активно участвует в различных видах творческой деятельности.

Низкий уровень освоения программы (1-4 баллов)

Для низкого уровня освоения программы характерны: репродуктивный характер творческой деятельности ребенка, начальный познавательный уровень активности, трудности с изображением или представлением сценических персонажей, на занятии необходима помощь педагога, внешний вид мотивации.

Учащийся мало эмоционален, проявляет интерес к театральному искусству только как зритель. Затрудняется в определении различных видов театра. Знает правила поведения в театре. Понимает содержание произведения, но не может выделить единицы сюжета. Пересказывает произведение только с помощью руководителя. Различает элементарные эмоциональные состояния героев, но не может их продемонстрировать при помощи мимики, жеста, движения. Не проявляет активности в коллективной творческой деятельности. Несамостоятелен, выполняет все операции только с помощью руководителя.

Контрольно-измерительные материалы для оценки результатов обучения по программе «Театральный мир» при проведении текущего контроля (Приложение 2).

8. Условия реализации программы

Занятия в объединении «Театральный мир» проходят в учебном кабинете оборудованном необходимой мебелью:

столы, стулья, шкафы для хранения методической литературы, деталей реквизита, элементов театральных костюмов.

Также для проведения занятий имеется инвентарь для проведения игр, тренингов, ПК и музыкальное оборудование (музыкальный центр).

9. Список литературы

Для обучающихся и родителей:

1. Абалкин Н.А. Рассказы о театре. – М.: Молодая гвардия, 1986;
2. Алянский Ю.Л. Азбука театра. – Л.: Детская литература, 1990;
3. Детская энциклопедия. Театр. – М.: Астрель, 2002;
4. Детская энциклопедия. 2008, № 3. О театре: познавательный журнал
Издательство: Аргументы и факты, 2008.
5. Климовский В.Л. Мы идем за кулисы. Книга о театральных цехах. –
М.: Детская литература, 1982.
7. Развлечения: сцена, экран, актеры Издательство: Росмэн, 1994.
Раугул Е. Театр в чемодане Издательство: Литера, 1998.

Для педагога:

1. Библиотечка в помощь руководителям школьных театров
«Я захожу в мир искусства». – М.: «Искусство», 1996;
2. Бруссер А.М. Сценическая речь. /Методические рекомендации и практические задания для начинающих педагогов театральных вузов. – М.: ВЦХТ, 2008;
3. Бруссер А.М., Оссовская М.П. Глаголим.ру. /Аудиовидео уроки по технике речи. Часть 1. – М.: «Маска», 2007;
4. Вахтангов Е.Б. Записки, письма, статьи. – М.: «Искусство», 1939;
5. Ершов П.М. Технология актерского искусства. – М.: ТОО «Горбунок», 1992;
6. Захава Б.Е. Мастерство актера и режиссера: учебное пособие / Б.Е. Захава; под редакцией П.Е. Любимцева. – 10-е изд., – СПб.: «Планета музыки», 2019;
7. Михайлова А.П. Театр в эстетическом воспитании младших школьников. –
М.: «Просвещение», 1975;
9. Программа общеобразовательных учреждений
10. «Театр 1-11 классы». – М.: «Просвещение», 1995;
11. Станиславский К.С. Работа актера над собой. – М.: «Юрайт», 2019;
12. Станиславский К.С. Моя жизнь в искусстве. – М.: «Искусство», 1989;
13. Театр, где играют дети. Учебно-методическое пособие для руководителей детских театральных коллективов. / Под ред. А.Б. Никитиной. – М.: ВЛАДОС, 2001;
14. Шихматов Л.М. От студии к театру. – М.: ВТО, 1970.

Интернет-ресурсы:

<https://ntuz-dm.ru/uprazhneniya> Группа ВК Чайковский народный театр юного зрителя

<http://istoriya-teatra.ru/theatre/item/f00/s09/e0009921/index.shtml> Устройство сцены в театре

<http://oteatre.info/> Сайт журнала «Театр», блог

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Театральный мир»
на 2024-2025 учебный год**

Год обучения	сентябрь				октябрь					ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				Июнь-август	Всего недель/ часов
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	36-52		
1 год обучения	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	каникулы	52 нед/ 36 учебных нед/ 144 час	
2 год обучения	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	каникулы	52 нед/ 36 учебных / 216час	
3 год обучения	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	каникулы	52 нед/ 36 учебных / 216час	

- промежуточная аттестация

Педагог дополнительного образования _____ (_____)

Контрольно-измерительные материалы для оценки результатов обучения по программе «Театральный мир» при проведении текущего контроля.

Контрольный критерий № 1.

Готовность действовать согласованно, включаясь одновременно или последовательно.

Учащийся должен в зависимости от задания включиться в игровое пространство вместе с другими или выполнять действие один.

Игра «Японская машинка»:

Группа рассаживается в полукруг. Участники рассчитываются по порядку, начиная с любого края. Ведущим всегда присваивается номер «один». Ведущий может принимать участие в упражнении, но чаще всего он только начинает его и задает темп. Темп отбивается всеми участниками группы следующим образом: на счет «раз» – удар ладонями обеих рук по коленям, на счет «два» – щелчок пальцами правой руки, на счет «три» – щелчок пальцами левой руки и т.д. Одновременно со щелчком право руки ведущий начинает игру, произнося свой номер «один». На щелчок левой руки он называет номер игрок который продолжает игру дальше. Например: «Один – три». Далее следует удар ладонями по коленям (все молчат).

Участник, допустивший ошибку в выполнении задания, прекращает игру, продолжая однако сидеть в полукруге и отстукивать ритм. Ведущий, не меняя темпа, констатирует, например: «Третьего нет», и продолжает игру.

0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
Учащийся не понял смысл задания, начал движение не со всеми, закончил не по команде	Учащийся вступил в игровое пространство вместе со всеми, но закончил не по команде	Учащийся вступил в игровое пространство вместе со всеми, выполнил требования игры. Но не справился с самостоятельным вступлением	Учащийся вступил в игровое пространство вместе со всеми, выполнил требования игры. Справился с самостоятельным вступлением

Контрольный критерий № 2.

Готовность к творчеству, интерес к сценическому искусству. Формирование у учащихся в процессе обучения положительного отношения к сценическому искусству и развитие мотивации к дальнейшему овладению актёрским мастерством и развитию познавательного интереса.

Контрольно – измерительный материал: музыкально-театральные миниатюры

0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
Не проявляет активности на занятии. Нет интереса к	Низкий уровень познавательной деятельности. Самостоятельно, но	Активная познавательная деятельность. Проявляет	Высокий уровень познавательной деятельности. С интересом изучает,

изображению и представлению различных сценических персонажей. Отрицательная мотивация	без инициативы выполняет задания. Отрицательная мотивация	самостоятельность и инициативу на занятии. Неустойчивая положительная мотивация	играет различные роли. Проявляет творческую активность на занятии. Высокая внутренняя мотивация
---	---	---	---

Контрольный критерий № 3.

Действие с воображаемым предметом. Учащийся должен представить воображаемый предмет и совершить простейшие физические действия с ним.

Контрольно – измерительный материал: игра «Память физических действий»: готовят еду, шьют одежду, делают медицинские процедуры и т.д.

0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
Учащийся не представляет воображаемый предмет	Учащийся представил воображаемый предмет, но с неправильными формами и неточными движениями	Учащийся представил воображаемый предмет. Правильно показал его формы, но произвёл не совсем точные действия с ним	Учащийся представил воображаемый предмет. Правильно показал его формы произвёл точные действия с ним

Контрольный критерий № 4.

Действия в предлагаемых обстоятельствах. Умение представить себя и партнёра в предлагаемых обстоятельствах, выполнить одни и те же действия в различных воображаемых ситуациях.

Контрольно - измерительный материал: игра «Превращение комнаты»: учащиеся работают по группам или по одному. Детям предлагается выполнить такие движения, которые бы подсказали действия на определённые предлагаемые обстоятельства (этюды). Например: вы находитесь в лесу, на необитаемом острове, в магазине игрушек и т.д. Учащиеся должны уметь представить себя и других партнёров в предлагаемых обстоятельствах и разыграть историю.

Этюды на действие в предлагаемых обстоятельствах (индивидуальные и групповые).

Упражнения для психофизического тренинга

Бег в резинке. «Учащиеся разбиваются на пары. Каждая пара получает резинку (дается сшитая кольцом широкая бельевая резинка).

В каждой паре определите, кто Ведущий, а кто Ведомый. По ходу игры они будут меняться ролями. Ведущий и Ведомый надевают на себя резинку и расходятся друг от друга на то расстояние, на которое позволит натяжение резинки. По сигналу педагога начинается движение по комнате. Это может быть ходьба с разной скоростью и в разном темпе, бег, преодоление всяческих препятствий в виде столов и стульев, неожиданные повороты, остановки и др. Главное – сохранить резинку на теле (причем, придерживать ее во время движения руками нельзя). Она должна быть упруго натянута между участниками так, чтобы не спадать с их тел, но и не рваться из-за лишнего напряжения»;

Биологические часы. «Закройте глаза и сядьте поудобнее. Услышав хлопок, попытайтесь, пользуясь лишь внутренними ощущениями, определить длительность минуты. Тот, кто решит, что с момента хлопка уже прошло 60 секунд, встает.

В конце упражнения выясняем, кому удалось правильно определить длительность минуты». (Обычно, когда упражнение проводится в первый раз, таких участников бывает очень мало. В основном, все ошибаются в ту или иную сторону почти на 20 секунд).

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

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

1. сообщение государственного телевидения о важнейшем международном событии;
2. вечернюю сказку матери ребенку;
3. письмо, которое человек читает полупшепотом;
4. завещание умершего дедушки;

Текст: «Итак, вы предоставлены самому себе, и это действительно то состояние, в котором должен находиться человек, очень серьезно относящийся ко всему этому; и поэтому вы больше не надеетесь, в смысле помощи, ни на кого и ни на что. Вы уже свободны, чтобы делать открытия. Когда есть свобода - существует энергия; когда есть свобода - не может произойти ничего неправильного. Свобода по сути своей отлична от мятежа. Когда есть свобода - не существует такого понятия, как поступать правильно или неправильно. Вы являетесь свободным и от того центра, который действует, поэтому нет страха. А ум, в котором нет страха, способен на великую любовь».

Войдите в роль -2. Прочитать предложенный текст шепотом; громко; с пулеметной скоростью; со скоростью улитки; как будто вы очень замерзли; как будто во рту у вас горячая картошка; как трехлетний ребенок; как инопланетянин.

Вынес достаточно русский народ,
Вынес и эту дорогу железную –
Вынесет все, что господь ни пошлет!
Вынесет все – и широкую, ясную
Грудью дорогу проложит себе.

Вопрос – ответ. Все стоят в кругу. Педагог держит в руках 4-6 различных предмета. «Всем знакомы эти предметы. Ручка, коробок спичек, ключи, монетка и т.п. Давайте представим, что мы впервые видим эти предметы. Но делать будем это по кругу особым

способом. Я буду начинать, причем буду «знакомить» с моими предметами соседей справа и слева. Я начинаю с ключа. Передаю его соседу справа со словами: «Это ключ!» Он должен меня спросить: «Что?» Я повторяю: «Ключ». Мой партнер продолжает изображать удивление: «Что?». «Ключ!» - не сдаюсь я. Тогда мой партнер соглашается: «А, ключ». Он забирает себе ключ и передает его своему соседу, говоря точно тот же текст. И так, по кругу. Одновременно с этим, я передаю моему соседу слева другой предмет – монетку. Здесь разыгрывается тот же диалог». До этого момента упражнение выглядит очень простым. Проблемы возникают тогда, когда ведущий начинает вводить в круг дополнительные предметы, пуская их то слева, то справа, то, включая в игру игроков из середины цепочки. Возникает ситуация, когда игроки должны одновременно (не делая пауз) и принимать предмет с одной стороны, и отдавать другой предмет в противоположную сторону. Чтобы успешно преодолеть все сложности участникам предстоит проявить максимальную собранность и научиться переключать внимание с одного предмета на другой»;

Встать по пальцам. Ведущий оборачивается к группе спиной, показывает табличку с какой-либо цифрой (от 1 до 10), (можно просто какое-то количество пальцев), начинает отсчет (до трех или до пяти, затем резко поворачивается к группе. На момент поворота количество стоящих (или сидящих, лежащих и т. д.: как уговоритесь) должно быть равно числу написанному на табличке. Условием упражнения является полная бесшумность исполнения.

Встреча. «Начинаем свободное движение по комнате. Не смотрим на партнеров. Двигаемся, как бы погруженные в собственные мысли. Избегаем не только столкновений, но даже касаний. Движения легкие и свободные. Не снижая темпа, пробуем заполнить равномерно все части комнаты. Даже углы не оставляем пустыми. Теперь встречаемся глазами с каждым, кто проходит рядом с нами. Секундная задержка – остановка на зрительный контакт – и вновь движение к следующей встрече. Приостановились – взгляд – движение.

Если до сих пор наш зрительный контакт с партнерами был чисто механической фиксацией, то теперь давайте наполним встречу эмоциями. Что выражает ваш взгляд при каждой новой встрече: радость, удивление, приветствие, безразличие и др.

Продолжаем движение и каждому, кто встретится нам на пути, пожимаем руку. Темп не снижается, поэтому вам придется быть достаточно расторопными, чтобы успеть здороваться и с теми, кто проходит справа от вас, и с теми, кто пробегает слева. Попытайтесь не пропустить ни одного человека, никого не оставить без приветствия. Ходить кругами совсем не обязательно: вся комната в нашем распоряжении. Импровизируем в выборе маршрута.

Теперь вместо рукопожатия касаемся каждого встречного той частью тела, которую называет педагог. «Локоть!» - значит, к локтю встречного прикладываем свой локоть и останавливаем бег, пока я не проверю, все ли нашли себе пару. «Плечо!» - значит, стоим плечом к плечу»;

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

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

Жирафа

Задача всей группы – угадать животное.

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

«Да» и «нет» не говорить. «Водящий» (сначала преподаватель) задает вопросы, ответы на которые не должны включать слов «да», «нет», «черный», «белый»; затем эти вопросы продолжает тот, кто употребил одно из этих слов. Вопросы задаются разным участникам группы вне какой-либо последовательности, чтобы табуированные слова, к которым впоследствии присоединятся «ну», «короче», «так сказать», «типа того», «конкретно», «это самое», стали сигналами «нельзя!» уже на сверхсознательном уровне. Так обеспечивается и чистота речи.

Десять масок. Каждую маску обязательно обсудите с группой. Обсудите в подробностях: как актер должен смотреть? Должен ли он моргать глазами? Должен ли он опускать глаза? Открывать ли рот? Поднимать ли брови? И т.д.

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

Чтобы лучше получалось изображать, к примеру, презрение, говорите про себя соответствующие слова (ты посмотри, на кого ты похож? да я тебя терпеть не могу, ты посмотри, что ты на себя одел? И не стыдно тебе, что от тебя так воняет? И т.п.). Может, это не совсем этично, зато помогает.

Десять секунд. «Сейчас вы начнете быстрое спонтанное движение по комнате. Будьте внимательны, потому что время от времени вам придется реагировать на мои разнообразные задания и выполнять их в кратчайший срок – в течение десяти секунд». Развитию навыков собранности, сосредоточенности помогут, например, такие упражнения:

- а) встаньте в строй по росту, в алфавитном порядке (по фамилиям, именам), по цвету волос (от самых светлых к самым темным);
- б) назовите самый дальний и самый близкий объекты в поле вашего зрения;
- в) перечислите в аудитории все предметы определенного цвета и оттенка; предметы, названия которых начинаются с одной буквы алфавита;
- г) точно воспроизведите ряд движений, сделанных товарищем;

д) рассмотрите глаза товарищей, расскажите, какой они формы, цвета, каково их выражение, по памяти. Затем проверьте наблюдения, найдите тонкости, не замеченные с первого раза.

Зажимы по кругу. Учащиеся идут по кругу. По команде ведущего напрягают левую руку, левую ногу, правую руку, правую ногу, обе ноги, поясницу, все тело. Напряжение в каждом отдельном случае сначала должно быть слабым, потом постепенно нарастать до предела. В таком состоянии предельного напряжения учащиеся идут несколько секунд (15-20), потом по команде ведущего сбрасывают напряжение - полностью расслабляют напряженный участок тела. После окончания этой части упражнения ведущий дает учащимся задание прислушаться к ощущениям своего тела, продолжая спокойно идти по кругу, вспомнить "обычное" для себя напряжение (свой обычный зажим). Постепенно напрягая тело в этом месте, довести зажим до предела, сбросить его через 15-20 секунд. Напрячь до предела любой другой участок тела, обращая внимание на то, что происходит с "обычным" зажимом. Повторить упражнение с собственными зажимами 3-5 раз. После окончания упражнения учащимся дается рекомендация индивидуально повторять его хотя бы 1-2 раза в день.

Зеркало. Учащиеся разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением». На первых порах проработки задания ведущий налагает некоторые ограничения на действия «оригинала»: 1) не делать сложных движений, т.е. не производить одновременно несколько движений, 2) не делать мимических движений; 3) выполнять движения в очень медленном темпе. Через некоторое время учащиеся меняются ролями.

В ходе выполнения упражнения учащиеся, работающие на "отражение", довольно быстро научаются чувствовать тело партнера и схватывать логику его движений. От раза к разу следить за "оригиналом" становится все легче и все чаще возникает ситуация предвосхищения и даже опережения его действий. Упражнение - очень хорошее средство для установления психологического контакта.

Импровизация со словами. Произнести предложение, в котором используется слово: глупец; сахар; папка; камера; запись; деньги; раковина; путешествие; жидкость; ключ; сетка; программа; тигр; реальность.

Инсценировка пословиц. Группам (по 3 - 5 человек) заранее дается задание инсценировать пословицу. Возможные пословицы: «Учи дитя, пока поперек лавки лежит, трудно будет, когда побежит», «Семь раз отмерь, один отрежь», «У семи няnek дитя без глазу», «Много знай, да мало бай! Много баить не подобает», «Каков строитель, такова и обитель» и др.

Марионетки (Подвески). Учащимся предлагается представить себе, что они - куклы-марионетки, которые после выступления висят на гвоздиках в шкафу. «Представьте себе, что вас подвесил за руку, за палец, за шею, за ухо, за плечо и т.д. Ваше тело фиксировано в одной точке, все остальное - расслаблено, болтается». Упражнение выполняется в произвольном темпе, можно с закрытыми глазами. Ведущий следит за степенью расслабленности тела у учащихся.

Машина «Первый участник выходит на площадку и начинает свое действие. Второй после секундного раздумья выходит на площадку и подстраивается к движению первого. Желательно, чтобы между действиями возникла какая-то взаимосвязь: причинно-следственная или эмоционально-действенная оценка происшедшего. Третий участник, оценив за короткую паузу, что происходит уже с действующими частями механизма, добавляет к существующему новое движение. Так же, как первые два участника, он продолжает возвращаться к избранному действию вновь и вновь, как заводная кукла. Так от участника к участнику работа «машины» становится все более и

более многоуровневой. Возникают логические связи, и вся цепочка продолжает работать до тех пор, пока последний участник не подключится к упражнению. При этом участники могут произносить какие-то звуки.

Если «машина» работала ритмично, слаженно, бесперебойно, если была достигнута логическая согласованность действия каждого из партнеров с работой всего механизма, то мы можем увидеть целую развернутую сцену» и др.

Напряжение - расслабление. Учащимся предлагается встать прямо и сосредоточить внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Через несколько секунд напряжение сбросить, руку расслабить. Прodelать аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясницей, шеей.

Насос и надувная кукла. Учащиеся разбиваются на пары. Один - надувная кукла, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслаблено на полу. Другой – «накачивает» куклу воздухом с помощью насоса: ритмично наклоняясь вперед, произносит звук «с» на выдохе. Кукла постепенно наполняется воздухом, ее части распрямляются, выравниваются. Наконец кукла надута. Дальнейшее накачивание ее воздухом опасно - кукла напрягается, деревенеет, может лопнуть. Накачивание необходимо вовремя закончить. Это время окончания надувания учащийся с «насосом» определяет по состоянию напряжения тела куклы. После этого куклу «сдувают», вынимая из нее насос. Воздух постепенно выходит из куклы, она «опадает». Это прекрасное упражнение на расслабление-напряжение, а также на парное взаимодействие.

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

Оправдание позы. Учащиеся ходят по кругу. По хлопку ведущего каждый должен бросить свое тело в неожиданную для себя позу. Для каждой позы должно быть подобрано объяснение. «Представьте себе, что вы совершали какое-то осмысленное действие... По команде «Отомри» продолжайте это действие. Мы должны понять, что вы делаете. Постарайтесь не придумывать банальных оправданий, которыми можно объяснить любую позу. Ищите действия, соответствующие именно тому положению вашего тела, в котором вы замерли, только ему и никакому другому».

Оркестр. Ведущий распределяет между участниками партии различных инструментов, состоящие из хлопков, топая, и всех возможных звуковых эффектов. Задачей участников является ритмически исполнить какое-либо известное музыкальное произведение (или сочиненную на месте ритмическую партитуру) под руководством дирижера, управляющего громкостью общего звучания и вводящего и убирающего отдельные партии.

Отгадай, где я. Упражнение заключается в том, что один участник пытается своим психофизическим состоянием передать окружающим, где он находится (хоккейный матч, зоопарк, смотрит захватывающий фильм и т.д.), но при этом нельзя воспроизводить никаких звуков.

Ощущения. - Посидеть на стуле так, как сидит царь на троне; пчела на цветке; побитая собака; наказанный ребенок; бабочка, которая сейчас взлетит; наездник на лошади; космонавт в скафандре.

- Пройтись, как ходит младенец, который только что начал ходить; старый человек; гордец; артист балета.

- Улыбнуться, как улыбается очень вежливый японец, Жан Поль Бельмондо, собака своему хозяину, кот на солнышке, мать младенцу, ребенок матери.

- Нахмуриться, как хмурится ребенок, у которого отняли игрушку; как человек, желающий скрыть смех.

Перевоплощение в амёб, в насекомых, в рыб, в животных, ...

Если учащийся показывает просто кота, например, тогда к нему возникают вопросы: А сколько ему лет? Он приبلудный, или есть папа, мама? Какие у него привычки?

Передача позы. Участники становятся в шеренгу. Первый придумывает какую-либо сложную позу (остальные не видят какую) и по сигналу ведущего «передает» ее второму (тот за 10-15 секунд должен максимально точно запомнить ее). По следующему сигналу ведущего, первый «снимает», а второй «принимает» эту позу, Далее происходит передача позы от второго к третьему участнику и т. д. Задачей является максимально точная передача позы от первого до последнего исполнителя. Если участников достаточно, лучше разбиться на две команды и «передавать» одну, заданную ведущим позу - кто точнее.

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

Повторяй за мной. Ведущий отбивает в ладоши ритмические фразы, и все участники повторяют за ним. На примерах разбирается отличие ритма постоянного от переменного, добивается слаженности в действиях группы. Каждый хлопок должен звучать, как один удар, а не размазываться на хлопки ладоней отдельных участников.

Потянулись - сломались. Исходное положение - стоя, руки и все тело устремлены вверх, пятки от пола не отрывать. Ведущий: «Тянемся, тянемся вверх, выше, выше...

Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... А теперь наши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломались в талии, подогнулись колени, упали на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе.

Осталось ли где напряжение? Сбросили его!»

Во время выполнения упражнения ведущий должен обратить внимание учащихся на два следующих момента: показать разницу между выполнением команды «опустите кисти» и «сломались в кистях» (расслабление кистей достигается только во втором случае); 2) когда учащиеся лежат на полу, ведущий должен обойти каждого из них и проверить, полностью ли расслаблено его тело, указать места зажимов.

Правда – неправда. Преподаватель неожиданно задает вопросы, на которые учащиеся должны без раздумывания дать немедленные ответы или как-то отреагировать.

- Как здоровье Андрея Петровича? А вы откуда знаете?

- Когда вы вернете мне книгу?

- Вы отдаете себе отчет в том, чем это может кончиться?

- Вы что, плохо себя чувствуете?

- Может ли мне нравиться то, что вы говорите и делаете на уроках?

- Как вам сегодняшняя погода?

- Куда вы дели ваше обручальное кольцо?

- Что случилось с вашей собакой?

- Где ваша замечательная улыбка?

Предмет по кругу. Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает учащимся предмет (палку, линейку, банку, книгу, мяч, любой попавшийся в поле зрения предмет) учащиеся должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание. Например, кто-то

решает обыграть линейку как скрипку. Он передает ее следующему человеку именно как скрипку, не произнося при этом ни слова. А тот именно к скрипке ее принимает. Этюд со скрипкой окончен. Теперь второй учащийся обыгрывает эту же линейку, например как ружье или кисть и т.д. Важно, чтобы учащиеся не просто делали какие-то жесты или формальные манипуляции с предметом, а передавали свое отношение к нему. Это упражнение хорошо развивает воображение. Чтобы обыграть линейку как скрипку, нужно, прежде всего, увидеть эту скрипку. И чем менее похож новый, «увиденный» предмет на предложенный, тем лучше учащийся справился с заданием. Кроме того, это упражнение - на взаимодействие, ведь человек должен не только сам увидеть новый предмет, но и заставить других увидеть и принять его в новом качестве.

Разговор через стекло. Учащиеся разбиваются на пары. Ведущий: «Представьте себе, что вас и вашего партнера разделяет окно с толстым, звуконепроницаемым стеклом, а вам надо передать ему какую-то информацию. Говорить запрещено - ваш партнер вас все равно не услышит. Не договариваясь с партнером о содержании разговора, попробуйте передать через стекло все, что нужно, и получить ответ. Встаньте друг против друга. Начинайте». Все остальные учащиеся внимательно наблюдают, не комментируя происходящее. После окончания этюда все обсуждают увиденное.

Расслабление по счету. «Вся группа стоит. Руки вверх, ноги на ширине плеч. Педагог считает. Во время этого счета учащиеся расслабляют постепенно все части тела.

На счет «раз» - расслабляются кисти рук,

На счет «два» - расслабляются локти рук,

«три» - плечи, руки;

«четыре» - голова,

«пять» - туловище полностью расслаблено, держится только на ногах;

«шесть» - полное расслабление, учащиеся садятся в «точку».

Затем по хлопку, учащиеся встают.

Педагог может давать команду на расслабление с разной скоростью, проверяя качество расслабления частей тела. Например, «раз», «два», «три», помотали руками, проверили степень расслабления. Затем педагог продолжает: «четыре», «пять» - расслабление проверяется, «шесть»;

Растем. Учащиеся в кругу. Исходное положение - сидя на корточках, голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Ведущий: «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно распрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста». Усложняя в будущем упражнение, ведущий может увеличить продолжительность «роста» до 10-20 «стадий».

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

Слово - глагол. Упражнение для двоих учащихся, которые становятся друг против друга на некотором расстоянии. Первый учащийся, кидая мяч второму, называет любое пришедшее ему на ум слово (имя существительное). Второй ловит мяч и сразу же бросает его обратно, подбирая подходящий по смыслу глагол. Первый ловит и бросает новое существительное и т.д. Этот вариант техники «свободных ассоциаций» чрезвычайно интересен и информативен для последующей работы с проблемами каждого отдельного учащегося.

Слушаем тишину. «Послушайте и расскажите, что делается сейчас в классе, в коридоре, на втором этаже здания, на площади перед зданием» (для того чтобы помочь

учащимся сосредоточить свое внимание на объекте, можно создать атмосферу соревнования);