

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 556»  
(ГБОУ Школа № 556)

117570, Москва, ул. Днепропетровская, д.33 А тел./факс (495)313-74-10 E-mail: 556@edu.mos.ru <http://sch556u.mskobr.ru>

Утверждаю  
и.о. заместителя директора  
ГБОУ школы № 556  
\_\_\_\_\_ Суюнчалиева Х.А.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019г

**НАПРАВЛЕННОСТЬ:** Художественная

**ПРОГРАММА ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ**  
**«Основы искусства актёра»**  
**Уровень освоения программы: базовый**

Педагог дополнительного образования  
\_Яковлева Надежда Петровна

**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ:** 3 года

**ВОЗРАСТ:** 8-14 ЛЕТ

Программа принята  
педагогическим советом  
ГБОУ Школа №556  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

г. МОСКВА  
2019 год

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **I.1 Направленность программы –**

Художественно-эстетическая. Направлена на развитие художественного вкуса, художественных способностей, творческого подхода, эмоционального восприятия, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа восприятия мира. .

**Базовый уровень** данной программы определяется наличием у учащихся предварительной подготовки по программе "Театральные игры". В результате трёх летнего курса "Основы искусства актёра" обучающиеся получают базовые теоретические знания об искусстве театра, представления о профессиях, связанных с театром, практические навыки работы над постановкой спектакля, навыки коллективной творческой деятельности, и публичных выступлений. За три учебных года готовят и играют не менее 3-х спектаклей. Участвуют в театральных фестивалях, конкурсах.

### **I.2 Образовательная область и предмет изучения**

образовательная область – искусство, предмет изучения – искусство актёра драматического театра.

### **I.3. Актуальность,**

Программа соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам.

Сегодняшний день человечества – это время больших скоростей, лавинообразного потока информации, быстрых изменений всего, что нас окружает. Программа основ искусства актёра нацелена на развитие качеств личности особенно необходимых современному человеку любой профессии. Внимание, память, чувство пространства, умение ориентироваться в быстро меняющейся обстановке, умение слышать собеседника, владение грамотной речью, владение телом, способность к спонтанному творчеству.

#### **Педагогическая целесообразность.**

Театр - синтетический вид искусства. Знакомясь с языком театра, ребенок погружается в мир литературы, музыки, изобразительного и других видов искусства;

Театр - коллективное искусство. Занимаясь театром, ребенок учится плодотворному взаимодействию с большими и малыми социальными группами, овладевает навыками коллективного творчества;

Основной язык театрального искусства - действие, основные видовые признаки - диалог и игра, понимаемые в самом широком смысле. Эти особенности делают театральное искусство особенно близким для детей, потому что игра и общение являются для младших школьников и подростков ведущей психологической деятельностью;

Театр - искусство, обращенное к самым различным и самым широким социальным слоям. В процессе работы театр привлекает к сотрудничеству работников самых разных специальностей: плотников и художников, инженеров и электриков, администраторов и артистов. Поэтому детская театральная студия может объединить под своей крышей детей с самыми разными интересами и способностями, а плоды работы могут быть интересны широкому кругу юных и взрослых зрителей.

Театр предоставляет возможность познакомить ребенка с очень широким спектром профессий и, следовательно, может являться средством ранней профориентации.

Кроме всего прочего следует отметить наметившуюся в последние годы тенденцию в развитии школьного образования к поиску форм, позволяющих научить ребенка самостоятельно добывать необходимые ему знания, развивающих у него мотивацию к обучению, дающих возможность обрабатывать и усваивать все возрастающий поток информации, лавинообразно обрушивающейся на ребенка. И, как показала практика, именно формы разнообразной театральной деятельности дают такие возможности.

### **I.4. Цель и задачи**

**Цель:** Формирование личности, готовой к активной коллективной творческой деятельности.

#### **Перспективные задачи:**

- Развитие творческих способностей воспитанников средствами театра.
- Обеспечение возможностей последовательного развивающего обучения

- Выработка навыков коллективной творческой деятельности в процессе студийного обучения.
- Знакомство учащихся с многообразием театральных профессий.

#### **Задачи 1-го (подготовительного) года обучения:**

##### **Обучающие:**

- Дать представление детям о театре, как синтетическом виде искусства и месте актёра в нём.
- Продолжить развитие навыков свободного самочувствия в условиях публичности (снятие мышечных и психологических зажимов, концентрация внимания на действии)
- обеспечить освоение воспитанниками разминочного комплекса развивающего пластического тренинга.
- продолжить развитие приобретённых навыков в работе над спектаклем

##### **Воспитательные:**

- создать благоприятную комфортную обстановку для обучения и творчества, для чего научить детей терпимому и чуткому отношению к своим и чужим ошибкам и неудачам в процессе обучения.
- сформировать навыки работы в группе (умение слушать собеседника)

#### **Задачи 2 года обучения:**

##### **Обучающие:**

- Продолжить знакомство воспитанников с теоретическими основами театрального искусства
- Продолжить работу по развитию пластической свободы и выразительности
- начать работу по подготовке речевого аппарата к овладению навыками сценической речи
- развитие творческого внимания, эмоциональной памяти, воображения

##### **Воспитательные:**

- научить получать удовольствие от собственной работы и работы товарищей.
- воспитывать чувства взаимоуважения и товарищеской взаимопомощи.
- Продолжить работу по развитию умения работать в малых группах (ведение диалога, мозговой штурм, совместный поиск решения)

#### **Задачи 3 года обучения:**

##### **Обучающие:**

- Продолжить работу по развитию психо-физического аппарата (развитие наблюдательности, сенсорной, образной и эмоциональной памяти, многоплоскостного внимания, фантазии и воображения)
- Продолжить знакомство с театром, как видом искусства

##### **Воспитательные:**

- Сформировать навыки самостоятельной творческой деятельности в малых группах

Обучение и творческая деятельность на всех этапах строится на основе следующих принципов:

1. Создание атмосферы доброжелательности и взаимопомощи;
2. Создание игрового самочувствия;
3. Выработка мотивации к обучению в процессе включения в практическую творческую деятельность;
4. Выработка позитивного отношения к процессу обучения;
5. Развитие каждого упражнения “от простого к сложному”.
6. Развитие каждого упражнения от элементарного фантазирования – к созданию образа.
7. Сотворчество учителя и ученика

#### **I.5. Отличительные особенности данной образовательной программы от уже существующих.**

В данной программе нашел отражение 30-летний опыт существования школьного театра в школе № 556. Здесь интегрированы методики различных театральных школ, учтен опыт существования школьного театра в общеобразовательной не профильной школе. При этом весь методический материал адаптирован к условиям работы театра с одним педагогом-режиссером.

### **I.6. Срок реализации программы**

Основной курс программы рассчитан на 3 учебных года. После 3-его года обучения по желанию дети продолжают занятия в творческих мастерских театральной студии "Блик" совершенствуя полученные навыки в постановке спектаклей.

### **I.7. Формы и режим занятий**

Специфика процесса работы над спектаклем подразумевает индивидуально-групповую форму занятий по скользящему репетиционному графику в соответствии с постановочным планом. Репетиции проходят 2 раза в неделю индивидуально и малыми группами. В прогонах, монтировочных и генеральных репетициях участвует весь состав спектакля. Кроме этого 1 раз в неделю 2 часа продолжаются групповые занятия по актёрскому тренингу.

#### **Возраст:**

**В группах первого года обучения** могут заниматься дети 8-12 лет не более 18 человек. В связи с необходимостью учёта возрастных психофизиологических особенностей, формируются группы по возрастному признаку. В группу принимаются прошедшие курс подготовки по программе "театральные игры". Учащиеся, не прошедшие такой подготовки могут быть приняты по решению педагога на основе предварительного собеседования.

**В группах 2-го и 3 года обучения** занимаются дети, прошедшие предыдущий год обучения или по предварительному прослушиванию в случае готовности ребёнка к обучению по программе 2-го или 3-го года обучения. В группе занимается не более 20 человек.

В случае достаточного количества желающих возможно также открытие группы первого года обучения для детей 10-12 лет.

#### **Психологические особенности возраста:**

Средний школьный возраст (от 9-11 до 14-15 лет) принято в психологии называть отроческим, или подростковым.

Процесс формирования новообразований, отличающих подростка от взрослого, растянут во времени и может происходить *неравномерно*, из-за чего в подростке одновременно существуют и «детское», и «взрослое».

Л.С.Выготский центральным и специфическим новообразованием отрочества считал *чувство «взрослости»* - возникающее представление о себе как уже не ребёнке. Подросток начинает чувствовать себя взрослым, стремится быть и считаться взрослым.

Ведущие позиции начинают занимать общественно полезная деятельность и общение со сверстниками.

Возраст характеризуется перестройкой мотивационной сферы (в том числе наполняются новым смыслом и уже существующие мотивы), интеллектуальной сферы (в частности, появляются элементы теоретического мышления и профессиональная направленность интересов и жизненных планов), сферы взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, но более всего - личностной сферы, самосознания.

Форма одежды для тренингов – спортивная, не сковывающая движений, обувь – чешки или балетки.

Занятия проходят:

2-3 раза в неделю в сумме 6 часов

## **I.8. . Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

### **1-й год обучения:**

К концу учебного года, каждый студиец подготовительной группы должен уметь:

- Выполнять упражнения пластического тренинга в присутствии постороннего человека
- Найти оправдание любой произвольной позе
- показать свои наблюдения за миром людей, природы, предметов
- Действовать в темпе, заданном педагогом, в выгородке из 5-7 предметов, не задевая их
- Построить пластическую статическую композицию из 3-7 человек, отражающую пластику мира природы, мира предметов
- Двигаясь по кругу и хаотично в ритме, заданном педагогом, переключаться с одного ритма на другой по сигналу педагога, не прерывая движения
- Коллективно прохлопать заданный ритм
- Удерживать заданный ритм, прохлопывая его по кругу в течение 2-3 минут
- распределиться по площадке, не перекрывая друг друга;
- распределиться по площадке таким образом, чтобы был выделен главный персонаж;
- двигаясь по площадке, равномерно заполнять ее;
- уметь удерживать внимание на выполнении актёрской задачи в сценическом действии
- выполнять 2-3 простейших физических действия, находясь на сцене в течение 1-2 минут;

Так как данная программа является развивающей, она не предполагает зачетно-экзаменационной системы контроля за результатами образования. Результат отслеживается наблюдением педагога в процессе занятий, кроме того результатом является качественный уровень первого спектакля и результат участия в театральном фестивале.

### **2-й год обучения**

К концу учебного года, каждый студиец младшей группы должен уметь:

- привлечь к использованию в этюде необходимые для данной работы наблюдения из собственного творческого багажа;
- равномерно распределять свои движения в определенном ритме на определенное количество счетов;
- обозначать ритм разными простыми физическими действиями;
- выполнить простейшее задание и построить этюд в паре с любым партнером, выбранном педагогом;
- объяснить условия задания 2-5 ребятам и организовать этой группой его выполнение;
- интерпретировать эмоциональное состояние животного и человека по его пластике, интонированию и поступкам;
- запомнить свои места в течение 4-5 перемещений;
- запомнить расположение группы из 5 - 8 предметов и вернуть их в первоначальное положение после перемены педагогом;
- запомнить свою мизансцену в точности до пластики рук, взгляда и суметь в течение данного урока ее повторить;
- запомнить мизансцену, построенную другим учеником и в точности повторить ее;
- проанализировать соответствие выполнения задания задачам, поставленным педагогом;
- выполнять индивидуальные задания, не реагируя на сигналы, поступающие со стороны зрителей;
- воспроизводить в пространстве плоскостную мизансцену жанровой картины;
- повторить реально произведенное действие;
- вспомнить и описать реальное происшествие и реальное состояние по заданной педагогом теме;
- воспроизвести свои действия в данной ситуации;
- предложенные педагогом предлагаемые обстоятельства подключать к выполнению данного этюда;
- владеть дыхательной и артикуляционной гимнастикой
- удерживать в памяти цепочку слов, связанных по смыслу (до 18) и не связанных (до 12);
- уверенно выполнять упражнения на словесное действие

### 3-й год обучения

К концу года воспитанники старшей группы должны уметь:

- с закрытыми глазами добраться до заданного места, в знакомой учебной аудитории;
- с закрытыми глазами пройти по лабиринту из 5-7 стульев по пути, указанному педагогом;
- с закрытыми глазами, совершив поворот на 360°, 180°, сориентироваться в расположении окон, стен, дверей;
- с закрытыми глазами выполнять простейшие задания с предметом;
- построить пластическую статичную композицию с участием 3-7 человек, отражающую пластику мира природы, мира предметов;
- Передать пластическую форму живой природы, предмета и произведений искусства через пластику собственного тела и уметь описать своеобразие этих пластических форм;
- передать настроение короткого простого литературного и музыкального произведения, пользуясь средствами пластической выразительности;
- импровизировать под музыку в групповом пластическом взаимодействии на заданную литературную тему.
- Составить из группы не связанных по смыслу слов (12-18) относительно связанный рассказ с завязкой, событием и развязкой
- выполнять простейшие этюды в ритме, заранее заданном педагогом;
- уметь вычленив и пересказать сквозное действие своего персонажа
- уметь выделить в этюде завязку, кульминацию, развязку
- уметь в течение 3-5 минут органично действовать в предлагаемых обстоятельствах этюда на заданную тему
- уметь продуктивно и целенаправленно действовать в предлагаемых обстоятельствах.

В качестве результата принимается относительный личностный рост учащихся, (интеллектуальный, эмоциональный, социальный, физический творческий), отслеживаемый педагогом в процессе занятий и через участие в творческих показах родителям, студийцам старших групп, учащимся школы. По возможности тестирование психолога.

## II. Содержание изучаемой программы

### II.1. 1. Учебно-тематический план 1-й год обучения (6 часов в неделю. 38 уч. недель. 228 уч. часа)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика (интерактивные занятия)	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	0,5	1,5	
2.	«Что такое театр?»	2	-	2	
3.	Разминочный комплекс	12	-	12	
4.	Выработка мышечного контролера и снятие мышечных зажимов	4	-	4	
5.	Развитие произвольного внимания	6	-	6	
6.	Освоение начальных навыков пластической выразительности	6		6	
7.	Развитие чувства ритма	6	0,5	5,5	
8.	Знакомство с законами пластической композиции	6	1	5	
9.	Работа с пластическим образом индивидуально и с партнером	6	1	5	
10.	Парные и коллективные этюды на взаимодействие с партнёром	6	1	5	

11.	Работа над спектаклем и показ спектакля.	146	10	136	
13.	Просмотр и обсуждение спектаклей и пр.	4	-	4	
14.	Подготовка к закрытию сезона	12	-	12	
15.	Итоговое занятие: Праздник «Закрытие театрального сезона»	2	-	2	
	<b>ИТОГО</b>	<b>220</b>	<b>14</b>	<b>206</b>	
16.	Организационные мероприятия	8	-	8	
	<b>Всего</b>	<b>228</b>	<b>14</b>	<b>214</b>	

## II.1.2. Содержание учебно-тематического плана (1-й год обучения)

### 1. Вводное занятие

Знакомство учащихся со студией, в которой они будут заниматься, с традициями, правилами поведения студийца, с правилами техники безопасности. Знакомство друг с другом. Занятие проходит в форме беседы и игрового комплекса с использованием материалов архива театра, видеоматериалов

### 2. Что такое театр?

Комплексное занятие, построенное в форме командной игры, сопровождаемой видеорядом из слайдов, в процессе просмотра которых учащиеся самостоятельно в коллективной работе находят ответы на вопросы о видах сценического искусства, о видах театрального искусства, о различных языках разных видов театра и т.д.

### 3. Разминочный комплекс

На первых занятиях содержанием тренинга станут пластические разминки из блока сценического движения, которые постепенно будут замещаться освоенными в процессе последующих занятий упражнениями по ниже следующим разделам:

4. **Выработка мышечного контролера и снятие мышечных зажимов** Комплекс игровых пластических упражнений, позволяющих снять мышечные зажимы, научиться слышать собственное тело Упражнения: «Птичка внимания», «Напряжение – расслабление» «Волшебная плоскость», «Взрыв», «Деревянные куклы», «Построение позвоночника», « Отражение платка» «Я – МИР», «Оживание» и т.д.

### 5. Развитие произвольного внимания

Комплекс упражнений, позволяющих выработать и развить навык концентрации и удержания внимания на заданном объекте.

Упражнения: «Руки-ноги», «Испорченный телефон», «эстафета», «Японская машинка», «Делай, что говорю», «Летает – не летает», «Живой алфавит» «Ходить след в след» «Кроу-крэу» и др.

### 6. Освоение начальных навыков пластической выразительности

Комплекс игровых пластических упражнений, позволяющих расширить диапазон движений, научиться чувствовать пространство и распределять себя в нем. (Упражнения: «Суэта» «Мельница», «Замороженный», «Среда», «Импульсы» «Пластический диалог»...)

### 7. Развитие чувства ритма

Комплекс игровых упражнений, развивающих ощущение сильных и слабых долей в музыке и тексте, ощущение ритмического рисунка как чередования напряжения и покоя, тренирующих умение двигаться в заданном ритме. ("повтори ритм хлопками", Двигаться в ритме хлопков", прохлопать ритм текста...)

### 8. Знакомство с законами пластической композиции

Комплекс игровых упражнений, развивающих умение выделять главное, передавать атмосферу при помощи композиции мизансцены и находить свое место в общем рисунке («Король», «Пристройки» «Пейзажи» ...)

### 9. Работа с пластическим образом индивидуально и с партнером

Комплекс игровых пластических упражнений, развивающих воображение и свободное фантазирование в сфере движения и создания образа средствами пластической выразительности. («Скульптор и глина», «Рука», «Нереальные и реальные механизмы, животные, игрушки»)

**10. Парные и коллективные этюды на взаимодействие с партнёром**

Сценические зарисовки на предложенные педагогом и студийцами темы, развивающие умение слышать партнёра, точно реагировать на посыл, продуктивно направленного действовать.

**11. Просмотр и обсуждение спектаклей и пр.**

Просмотр спектаклей творческих мастерских школы, выезды в профессиональные и детские самодельные театры, внутренние праздники)

**12. Подготовка к закрытию сезона**

Традиционный ежегодный праздник театрального коллектива, в котором принимают творческое участие все группы театра с капустниками, сценическими зарисовками, концертными номерами или творческими приветствиями, придуманными детьми совместно с педагогом или старшими учащимися

**13. Праздник «Закрытие театрального сезона»**

Учебно-тематический план.

**II.2. 1.**

Учебно-тематический план 2-й год обучения (6 часов в неделю. 38 уч. недель. 228 уч. часов)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика (интерактивные занятия)	
1	Участие в празднике "День знаний"	2	-	2	
2.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	
4	"Волшебное закулисье"	4	1	3	
<b>I. Блок пластики</b>		<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
1	Работа с пластическим образом индивидуально и с партнером	4	0,5	3,5	
2	Пластические трансформации	4	0,5	3,5	
3	Сквозное действие: логика и последовательность действий в пластической импровизации	4	0,5	3,5	
4	Пластическое воплощение текста	4	0,5	3,5	
<b>II. Блок сценической речи.</b>		<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	
1.	Тренинг опорности голоса на дыхание	4	-	4	
2.	Тренинг дикции	4	-	4	
3.	Тренировка резонаторов	4	-	4	
4.	Тренинг звукового посыла, тренировка голоса в движении	4	-	4	
<b>III. Блок актерского мастерства</b>		<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	
1.	Выработка коллективного чувства ритма	4	-	4	
2	Выработка навыков партнерского взаимодействия	4	-	4	
3	Индивидуальные этюды на органическое молчание	4	-	4	
4	Этюды на взаимодействие в органическом молчании	4	-	4	
<b>IV Репетиционный блок (подготовка и показ спектакля)</b>		<b>144</b>	<b>6</b>	<b>138</b>	
1	Читка пьесы, распределение ролей	4	-	4	
2	Действенный анализ пьесы	4	4	-	
3	Этюды по событиям пьесы	8	-	8	
4	Работа над текстом	12	1	11	
5	Работа над пластическим образом персонажей	8	-	8	



6	Закрепление пластического и речевого поведения персонажей	4		4	
7	Работа над партнёрским взаимодействием, мизансценирование, сквозное действие и темп-ритм спектакля	48	-	48	
8	Изготовление костюмов, декораций и реквизита	12	1	11	
9	Работа над вокальными и танцевальными номерами	8	-	8	
10	Черновой прогон	4	-	4	
11	Уточнение мизансцен и темп-ритма спектакля	8		8	
12	Репетиция перестановок декораций	4	-	4	
13	Монтировочная репетиция	4	-	4	
14	Прогон спектакля с музыкой и светом	2	-	2	
15	Генеральная репетиция	2	-	2	
16	Показ спектакля	12	-	12	
1	Подготовка к закрытию театрального сезона	12	-	12	
2	Просмотр и обсуждение спектаклей	6	-	6	
3	Итоговое занятие: Закрытие театрального сезона	2	-	2	
	<b>ИТОГО</b>	<b>220</b>	<b>10</b>	<b>210</b>	
1	Организационные мероприятия	8	-	8	
	<b>Всего</b>	<b>228</b>	<b>10</b>	<b>218</b>	

## II.2.2. Содержание учебно-тематического плана (2-й год обучения)

### 1. Вводное занятие

Обсуждение эмоциональных впечатлений лета, обсуждение плана работы на новый учебный год, обсуждение репертуарного плана.

### 2. Разминочный комплекс

Комплекс упражнений на разогрев психофизического аппарата ребенка и концентрацию внимания. Подготовка к работе. Проводится на каждом занятии в течение 15-20 минут.

### 3. «Волшебное закулисье»

Углубление знаний, полученных на 1 году обучения, о театральных профессиях.

## I. Блок пластики

### 1. Работа с пластическим образом индивидуально и с партнером

Комплекс игровых пластических упражнений, развивающих воображение и свободное фантазирование в сфере движения и создания образа средствами пластической выразительности. («Скульптор и глина», «Рука», «Нереальные и реальные механизмы, животные, игрушки»)

### 2. Пластические трансформации

Следующий шаг в развитии навыков пластической выразительности, фантазии и умения воплощать замысел через движение. («Путешествие из мечты в мечту», «Путешествие на воображаемые планеты»)

В сравнение с первым годом обучения упражнения 1, 2 и 3 тем усложняются вводом дополнительных предлагаемых обстоятельств.

### 3. Сквозное действие: логика и последовательность действий в пластической импровизации.

Цепь последовательных пластических зарисовок-импровизаций, состоящих из трансформации форм, по принципу логической последовательности (Один из вариантов - «Эволюция») Развитие умения удерживать логику и выразительность бессловесного действия.

### 4. Пластическое воплощение текста («Рецепт» «Сказка по строке»)

Создание пластических коллективных миниатюр на основе рецептов поваренной книги и маленьких сказок. Развитие умения передать содержание короткого текста, сохранив его композицию, заострив событийный ряд, создавая яркие образы через пластическую выразительность.

## *II. Блок сценической речи.*

### **1. Тренинг опорности голоса на дыхание**

Комплекс дыхательных гимнастик и игровых упражнений, развивающих навык грамотного дыхания, позволяющего добиться расширения голосового диапазона и умения говорить не «на связках», а также умения распределять дыхание на длину фразы.

### **2. Тренинг дикции**

Упражнения, скороговорки и речевые игры, развивающие правильность и четкость произнесения гласных и согласных звуков.

### **3. Тренировка резонаторов**

Практически все тело человека при определенном навыке может служить резонатором голоса, что позволяет значительно увеличить его силу. Комплекс игровых упражнений этого раздела направлен на тренировку всех резонаторов.

### **4. Тренинг звукового посыла, тренировка голоса в движении**

Комплекс игровых упражнений, прививающих навык корректировать силу звучания собственного голоса под различное пространство.

Комплекс игровых упражнений, вырабатывающих умение распределять дыхание в движении, позволяющих добиться ровного звучания голоса при физических нагрузках.

## *III. Блок актерского мастерства*

### **1. Выработка коллективного чувства ритма**

Комплекс игровых упражнений и этюдов, развивающих умение продолжить работу партнера в заданном им ритме, выстроить взаимодействие на контрастном ритме, удержать общий ритмический рисунок действия.

### **2. Выработка навыков партнерского взаимодействия**

Комплекс игровых упражнений, развивающих внимание к партнеру, умение сделать его объектом целенаправленного продуктивного действия.

### **3. Индивидуальные этюды на органическое молчание**

Короткие индивидуальные зарисовки на заданные и придуманные самими детьми предлагаемые обстоятельства, предполагающие отсутствие необходимости говорить, имеющие завязку, кульминацию и развязку. Выработка навыка точного выразительного физического действия.

### **4. Этюды на взаимодействие в органическом молчании**

То же, что в предыдущей теме, но этюды парные и затем коллективные, и, соответственно, внимание переносится с самого себя на партнера.

## *IV Репетиционный блок (подготовка к спектаклю)*

### **1. Читка пьесы, распределение ролей**

Прочтение педагогом нескольких вариантов пьес, обсуждение с детьми и выбор пьесы к постановке. Распределение ролей через прочтение по ролям и пробные этюды.

### **2. Действенный анализ пьесы**

Совместный с детьми разбор событийного ряда пьесы, действенных задач персонажей

### **3. Этюды по событиям пьесы**

По итогам действенного анализа учащиеся проигрывают импровизированные этюды по основным линиям взаимодействия персонажей.

### **4. Работа над текстом**

Чтение пьесы по ролям с разбором словесного взаимодействия персонажей, поиском средств речевой выразительности.

### **5. Работа над пластическим образом персонажей**

Через наблюдения, упражнения и этюды создается манера физического поведения персонажа

### **6. Закрепление пластического и речевого поведения персонажей**

Присвоение и закрепление через повторение в репетиционном процессе найденных особенностей пластического и речевого поведения персонажей.

### **7. Работа над партнёрским взаимодействием и мизансценирование**

Поиск, уточнение и закрепление в репетиционном процессе линий взаимодействия персонажей, направленных на выполнение сверхзадачи.

Определение выразительного распределения персонажей на сценической площадке и поиск и закрепление в репетиционном процессе ключевых мизансцен спектакля

#### 8. Изготовление костюмов, декораций и реквизита

#### 9. Работа над вокальными и танцевальными номерами

Отработка исполнения имеющихся в пьесе вокальных и танцевальных эпизодов, органичного включения их в ткань спектакля.

#### 10. Черновой прогон

Полный прогон спектакля (первая сборка сцен в единое целое) без музыки и света

#### 11. Уточнение мизансцен и темпо-ритма спектакля.

К этому этапу репетиционного процесса спектакль уже собран, персонажи слеплены, линия взаимодействия построена, и прогон выявляет пробелы и неточности, показывает провисания темпо-ритма, поэтому несколько репетиций до генеральной посвящаются исправлению ошибок.

#### 12. Репетиция перестановок декораций

Поиск оптимального решения перестановки декораций, распределение обязанностей между участниками спектакля в процессе перестановок, отработка чётких, быстрых и бесшумных перестановок

#### 13. Монтировочная репетиция

Ввод музыки и света в ткань спектакля

#### 14. Прогон спектакля с музыкой и светом

#### 15. Генеральная репетиция

Последняя репетиция перед спектаклем в костюмах с полным реквизитом, со всеми перестановками, с музыкой и светом (всё как на спектакле)

#### 16. Показ спектакля

Подготовка сцены к спектаклю, создание внешнего облика персонажей (грим, костюмы), показ спектакля зрителям в соответствии с поданными заявками классов, анализ прошедшего спектакля, демонтаж декораций.

### II.3.1. 3-й год обучения.

Учебно-тематический план. 3-й год обучения. (6 часов в неделю. 38 уч. недель. 228 уч. часов)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика (интерактив)	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	1	1	
3.	Волшебное закулисье	4	-	4	
<b>I Блок пластики</b>		<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	
1.	Пластические трансформации	2	0,5	1,5	
2	Сквозное действие: логика и последовательность действий в пластической импровизации	2	0,5	1,5	
3	Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация на тему музыкального произведения.	2	0,5	1,5	
4	Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация по картинам под музыку.	2	0,5	1,5	
5	Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация на основе ритма литературного текста	3	-	3	

6	Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация под музыку на заданную литературную тему.	3	-	3	
<b>II Блок актерского мастерства</b>		<b>14</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	
1	Этюды на органическое молчание	2	0,5	1,5	
2	Этюды на взаимодействие в органическом молчании	2	0,5	1,5	
3	Этюды на прорвавшееся молчание	2	0,5	1,5	
4	Этюды на весовые категории	2	0,5	1,5	
5	Этюды на степени мобилизации	3	0,5	2,5	
6	Этюды на коллективную пристройку	3	0,5	2,5	
<b>III Блок сценической речи</b>		<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	
1.	Тренировка опорности голоса на дыхание и дикции	2	-	2	
2.	Основы орфоэпии	2	1	1	
3.	Тренировка резонаторов	2	-	2	
4.	Тренинг звукового посыла, тренировка голоса в движении	2	-	2	
5.	Тренировка видений на материале прозы	3	0,5	2,5	
6.	«Событийный ряд, и, сверхзадача на материале прозы	3	0,5	2,5	
<b>IV Репетиционный блок (подготовка к спектаклю)</b>		<b>152</b>	<b>4</b>	<b>148</b>	
1	Читка пьесы, распределение ролей	4	-	4	
2	Действенный анализ пьесы	6	2	4	
3	Этюды по событиям пьесы	8	-	8	
4	Работа над текстом	12	1	11	
5	Работа над пластическим образом персонажей	8	-	8	
6	Закрепление пластического и речевого поведения персонажей	4	-	4	
7	Работа над партнёрским взаимодействием и мизансценирование	50	-	50	
8	Изготовление костюмов, декораций и реквизита	12	1	11	
9	Работа над вокальными и танцевальными номерами	12	-	12	
10	Черновой прогон	4	-	4	
11	Уточнение мизансцен и темпо-ритма спектакля	8	-	8	
12	Репетиция перестановок декораций	4	-	4	
13	Монтировочная репетиция	4	-	4	
14	Прогон спектакля с музыкой и светом	2	-	2	
15	Генеральная репетиция	2	-	2	
16	Показ спектакля	12	-	12	
1	Подготовка к закрытию театрального сезона	12	-	12	
3	Просмотр и обсуждение спектаклей	6	-	6	
4	Итоговое занятие: Закрытие театрального сезона	2	-	2	
<b>ИТОГО</b>		<b>220</b>	<b>12</b>	<b>208</b>	
1	Организационные мероприятия	<b>8</b>	-	<b>8</b>	
<b>Всего</b>		<b>228</b>	<b>12</b>	<b>216</b>	

### II.3.2. Содержание учебно-тематического плана (3-й год обучения)

#### 1. Вводное занятие

Творческие зарисовки о впечатлениях лета, знакомство учащихся с содержанием работы нового учебного года, напоминание правил техники безопасности.

## 2. Волшебное закулисье

### 3. Блок пластики

#### 3.1. Пластические трансформации

Упражнения «Путешествие из мечты в мечту», «Путешествие на воображаемые планеты»  
Следующий шаг в развитии навыков пластической выразительности, фантазии и умения воплощать замысел через движение. («Путешествие из мечты в мечту», «Путешествие на воображаемые планеты»)

**3.2 Сквозное действие: логика и последовательность действий в пластической импровизации.** Цепь последовательных пластических зарисовок-импровизаций, состоящих из трансформации форм, по принципу логической последовательности (Один из вариантов - «Эволюция») Развитие умения удерживать логику и выразительность бессловесного действия.

В сравнение со вторым годом обучения упражнения 1 и 2 тем усложняются вводом дополнительных предлагаемых обстоятельств.

**3.3 Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация на тему музыкального произведения.** Создание пластических коллективных миниатюр на основе музыкальных произведений. Развитие умения передать настроение музыки, сохранив его композицию, заострив событийный ряд, создавая яркие образы через пластическую выразительность.

3.4. Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация по картинам под музыку.

Создание пластических коллективных миниатюр на основе сюжетов жанровой живописи и настроения музыкального сопровождения

**3.5. Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация на основе ритма литературного текста**

Создание пластических коллективных миниатюр на основе ритмического рисунка литературного произведения. Развитие умения чувствовать ритм произведения, соотносить ритмический рисунок с настроением и атмосферой произведения и передавать их через пластическую выразительность.

**3.6. Индивидуальная, парная и коллективная пластическая импровизация под музыку на заданную литературную тему.**

На этом этапе через создание пластических зарисовок учащиеся осваивают средства сценической выразительности в их единстве

### 4. Блок актерского мастерства

#### 4.1 Этюды на органическое молчание

Короткие индивидуальные зарисовки на заданные и придуманные самими детьми предлагаемые обстоятельства, предполагающие отсутствие необходимости говорить, имеющие завязку, кульминацию и развязку. Дальнейшее развитие навыка точного выразительного физического действия. (продолжение темы второго года обучения )

#### 4.2 Этюды на взаимодействие в органическом молчании

Развитие навыка партнёрского взаимодействия и концентрации внимания на партнёре и выполнении актёрской задачи.

#### 4.3 Этюды на прорвавшееся молчание

Короткие индивидуальные, затем парные и коллективные зарисовки, в которых из органического молчания возникает слово при очень сильной мотивации. Развитие вкуса к звучащему слову, навыка словесного действия.

#### 4.4 Этюды на весовые категории

Короткие индивидуальные, затем парные и коллективные зарисовки с использованием условных понятий сверх лёгкий, лёгкий, тяжёлый и сверхтяжёлый вес эмоционального состояния

#### 4.5 Этюды на степени мобилизации

Короткие индивидуальные, затем парные и коллективные зарисовки с использованием условных понятий 1,2,3,4 степени мобилизации, т.е. готовности к действию.

#### 4.6 Этюды на коллективную пристройку

Короткие сценические зарисовки на придуманные педагогом или учащимися предлагаемые обстоятельства, в которых в действие втягивается постепенно вся группа и задача каждого в процессе импровизации точно найти своё место в коллективном взаимодействии,двигающим этюд от завязки к кульминации и развязке.

## **5. Блок сценической речи**

### **5.1.Тренировка опорности голоса на дыхание и дикции**

Продолжение выполнения развивающих дыхательных гимнастик и дикционных упражнений, как необходимой части поддержания и развития речевого аппарата

### **5.2. Основы орфоэпии**

Основные орфоэпические правила и речевые упражнения с их применением

### **5.3.Тренировка резонаторов**

Игровые упражнения, развивающие навык полноценного звучания голоса и развития его диапазона (упражнения , через движение, поочерёдно последовательно акцентирующие внимание на всех резонаторах тела, «Мама, молока бы нам» и т.д.)

### **5.4.Тренинг звукового посыла и тренировка голоса в движении**

Упражнения, развивающие умение корректировать уровень звучания голоса под размеры и акустические характеристики помещения. («Снежки», «Мама», «Глашатай», «Диалог через реку» «Топот копыт» и т.д.)

Упражнения, тренирующие навык, навык полноценного звучания голоса в движении через грамотное распределение дыхания, развитие умения делать своевременный добор дыхания. («Скакалка», «Не ветер...» «Поклонение солнцу» и т.д.)

### **5.5. Тренировка видений на материале прозы**

Коллективное фантазирование на тему заданного текста с описанием картин, встающих перед мысленным взором. Развитие навыка удерживать внутренний ряд видений и передавать свои ощущения зрителям через звучащее слово.

### **5.6.«Событийный ряд, и, сверхзадача на материале прозы**

Коллективный разбор, приносимых учащимися коротких литературных произведений, разыгрывание этюдов на одном и том же материале со сменой сверхзадачи. Развитие умения вычленять событийный ряди понимания, как зависит конечное воплощение материала, от определения сверхзадачи и событийного ряда.

## **6. Репетиционный блок (подготовка к спектаклю)**

### **6.1. Читка пьесы, распределение ролей**

Прочтение педагогом нескольких вариантов пьес, обсуждение с детьми и выбор пьесы к постановке. Распределение ролей через прочтение по ролям и пробные этюды.

### **6.2. Действенный анализ пьесы**

Совместный с детьми разбор событийного ряда пьесы, действенных задач персонажей

### **6.3. Этюды по событиям пьесы**

По итогам действенного анализа учащиеся проигрывают импровизированные этюды по основным линиям взаимодействия персонажей.

### **6.4. Работа над текстом**

Чтение пьесы по ролям с разбором словесного взаимодействия персонажей, поиском средств речевой выразительности.

### **6.5. Работа над пластическим образом персонажей**

Через наблюдения, упражнения и этюды создаётся манера физического поведения персонажа

### **6.6. Закрепление пластического и речевого поведения персонажей**

Присвоение и закрепление через повторение в репетиционном процессе найденных особенностей пластического и речевого поведения персонажей.

### **6.7. Работа над партнёрским взаимодействием и мизансценирование**

Поиск, уточнение и закрепление в репетиционном процессе линий взаимодействия персонажей, направленных на выполнение сверхзадачи.

Определение выразительного распределения персонажей на сценической площадке и поиск и закрепление в репетиционном процессе ключевых мизансцен спектакля

### **6.8. Изготовление костюмов, декораций и реквизита**

### **6.9. Работа над вокальными и танцевальными номерами**

Отработка исполнения имеющихся в пьесе вокальных и танцевальных эпизодов, органичного включения их в ткань спектакля.

#### **6.10. Черновой прогон**

Полный прогон спектакля (первая сборка сцен в единое целое) без музыки и света

#### **6.11. Уточнение мизансцен и темпо-ритма спектакля.**

К этому этапу репетиционного процесса спектакль уже собран, персонажи слеплены, линия взаимодействия простроена, и прогон выявляет пробелы и неточности, показывает провисания темпо-ритма, поэтому несколько репетиций до генеральной посвящаются исправлению ошибок.

#### **6.12. Репетиция перестановок декораций**

Поиск оптимального решения перестановки декораций, распределение обязанностей между участниками спектакля в процессе перестановок, отработка чётких, быстрых и бесшумных перестановок

#### **6.13. Монтировочная репетиция**

Ввод музыки и света в ткань спектакля

#### **6.14. Прогон спектакля с музыкой и светом**

#### **6.15. Генеральная репетиция**

Последняя репетиция перед спектаклем в костюмах с полным реквизитом, со всеми перестановками, с музыкой и светом (всё как на спектакле)

#### **6.16. Показ спектакля**

Подготовка сцены к спектаклю, создание внешнего облика персонажей (грим, костюмы), показ спектакля зрителям в соответствии с поданными заявками классов, анализ прошедшего спектакля, демонтаж декораций.

### **III. Формы аттестации.**

Программа занятий построена по принципу от простого к сложному, поэтому, не освоив предыдущего уровня, учащийся не может справиться со следующим. Развивающая программа не предусматривает зачётной системы. Формой оценки является наблюдение педагогом в процессе занятий. Формой проверки усвоения теоретических знаний является включение в процесс занятий анализа учащимися полученных результатов. Итогом работы за год и показателем усвоения программы является показ спектакля и участие в итоговом празднике студии.

### **IV. Организационно –педагогические условия реализации программы.**

#### **IV.1. Материально-технические условия реализации программы**

**Для проведения тренингов необходимо наличие:**

- проветриваемого зала,
- звукового оборудования и музыкальных записей,
- игрового инвентаря
- матов или ковриков.

**Для проведения занятий по теории театра необходимы:**

- проекционное оборудование,
- бумага и прочие материалы для рисования.

**Для творческих показов необходимо наличие:**

- театрального зала, оснащенного звуковым и световым оборудованием, одеждой сцены и посадочными местами для зрителей;
- подсобных помещений для хранения костюмов, декораций и реквизита.
- грима, париков и пр.

#### **Дидактический материал:**

1. Авторские видео презентации по основам теории
2. Разработки театральных игр и тренингов (Приложение )
3. видео материалы учебных спектаклей

#### IV.1. 2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Методика театральной работы с детьми - это незаметная постепенность роста зерна. Игровая, энергетически затратная, веселая постепенность развития. **Актерский тренинг**, разработанный на основе открытий К. С. Станиславского, построен по принципу биологическому, эволюционному, по принципу развития живой жизни, живой материи: от клетки до сложного организма, от зернышка до взрослого растения. И это самое главное.

Один из основных принципов работы по развивающим методикам – принцип выработки позитивного отношения к процессу обучения. Поэтому тренинг построен таким образом, чтобы избегать оценочного уровня восприятия. Здесь не бывает плохого и хорошего, правильного или неправильного. Выполняя упражнения, не надо делать хорошо. У К.С. Станиславского в формуле нет слов: "Я действую хорошо". Достаточно действовать. Вот это - обязательно. То есть любая индивидуальность на любой стадии физического или психологического зажима, неизбежного в начале обучения, делает хорошо.

Для раскрытия тех или иных способностей ребенка педагогом создается ситуация, в которой данные способности обнаруживаются, и возникает необходимость в использовании именно этих способностей. Задания постоянно усложняются и, таким образом, раскрытые способности постепенно развиваются.

Необходимо отметить, что развивающая методика предусматривает индивидуальный подход. Во время работы разным детям могут даваться разные задания в зависимости от их индивидуальных свойств. При этом любой рост ребенка педагог отмечает как его индивидуальную победу. Именно благодаря индивидуальному подходу, развивающая методика не ставит конкретных сроков достижения результата. Она предусматривает даже своего рода шаг назад, который педагог вынужден сделать, если что-то встречает сопротивление в органике ребенка.

Главный метод работы - игра.

В разработке программы использованы методики К.С. Станиславского, Кнебель М.И., А.П. Ершовой, С.В. Клубкова педагогов театра-студии «Дали».

**Основные методики, на которых базируется блок сценической речи** – это методика Э.Чарелли, Е.Ф. Саричевой, А.Н. Петровой, И.П. Козляниновой, К. Линклейтер и дыхательная гимнастика Л. Стрельниковой.

Суть методики К. Линклейтер состоит в освобождении естественного индивидуального, присущего только этому человеку, голоса через осознание органического процесса голосообразования. Осознав, как работает его голосовой аппарат, человек приучается устранять помехи, возникающие на пути рождения естественного голоса.

Природа рождения речи - психологическое действие, мотивируемое действиями говорящего. Отсюда вытекает основной принцип речи, который заключается в том, чтобы подчинить все элементы техники звучания голоса действию.

"При косвенном воздействии на работу голосообразующих органов мы через все органы чувств (зрение, осязание, обоняние, слух и т.д.) адресуемся к образному воображению обучающегося: "Представь себе, что ты вдыхаешь запах цветка", "Представь, что у тебя болит горло. Как бы ты тихо стонал?", "Как бы ты укачивал ребенка, напевая закрытым ртом колыбельную песню?", "Представь, что ты кладешь звук все выше и выше: на следующую ступеньку, этаж", "А как бы ты, войдя в комнату, окликал мать, не зная, где она: в соседней комнате? На кухне? На балконе? На чердаке? В подвале? В саду?" Воображение, фантазия, ассоциации, видения отвлекают внимание студийца от механики и, таким образом, обеспечивают рефлекторную работу голосообразующих органов". (З. Совкова)

Гимнастика Л. Стрельниковой - это интенсивная тренировка дыхательных мышц. И поэтому методика Стрельниковой идеально дополняет методику Линклейтер. Методика Линклейтер высвобождает голос, а гимнастика Стрельниковой его усиливает.

**В блоке пластики** на первый план выходят игры, позволяющие развить навыки коллективного взаимодействия и саморегуляции. Задачи гармоничного взаимодействия человека с самим собой и с миром предполагают два основных умения:

-умение воспринять, увидеть, услышать, почувствовать;

-умение выразить, высказать, нарисовать, пропеть, выразить с помощью движения.

Поэтому основными видами деятельности на занятиях являются созерцание (в том числе самосозерцание) и импровизация. Для детей разного возраста и с разным уровнем подготовки здесь, естественно, ставятся задачи разного уровня сложности.



В созерцании - от простой способности 1-2 минуты внимательно слушать музыку, текст, рассматривать картинку или чужие действия до способности адекватно воспринять, пропустить через себя, проанализировать сложные художественные произведения или жизненные явления. В импровизации - от короткой спонтанной индивидуальной реакции до создания сложных этюдов.

Сама структура урока направлена на создание внутреннего комфорта. Урок состоит из нескольких блоков:

1. Психофизическая разминка:
  - а) Настройка эмоционального и интеллектуального аппарата;
  - б) Физическая разминка.
2. Основная содержательная часть, включающая созерцание, импровизацию, этюдную и игровую деятельность.
3. Подведение внутренних итогов урока, коллективных и персональных, с использованием элементов психотренинга.

## Список литературы.

### Для педагога:

- Беспрозванный Л. Упражнения для души. – М.: ГДНР, 1993
- Брук П. Пустое пространство. - М.,1976
- Васильева Т.И. Упражнения по дикции. / Согл. звуки / Учебное пособие по курсу “ Сценическая речь ” для акт. фак. театр. вузов. ГИТИС им. Луначарского, Школа-студия / ВУЗ /им. В.И. - Вербицкая А. В. Основы сценического движения. – М., ГИТИС, 1982
- Гиппиус С. В. Гимнастика чувств: Тренинг творческой психотехники. – М.-Л., Искусство, 1967
- Голубовский Б. Пластика в искусстве актера. - М.,1986
- Голубовский Б. Г. Наблюдения. Этюд. Образ. Уч. Пособие для студентов театральных вузов. – М., ГИТИС, 1990
- Гранер В. Ритм в искусстве актера. - М.,1966
- Гугова В.И. и др. Сценическая речь: / Работа над текстом / Уч. пособие. - М.: МГИК, 1986.
- Запорожец Т.И. Логика сценической речи / Уч. пособие для театральных и культ. - просвет. уч. заведений /. - М.: Просвещение, 1974.
- Карпов Н. В. Уроки сценического движения. – М., ГИТИС, 1999
- Козлянинова И.П. Орфоэпия в театральной школе. Уч. пособие для театральных и культ.-просвет. училищ. - М.: Просвещение, 1967.
- Козлянинова И.П. Произношение и дикция. - М.: ВТО, 1977.
- Козлянинова И.П. Чарелли Э.М. Речевой голос и его воспитание. Уч. пособие по курсу “
- Кох И. Основы сценического движения.-Л.,1970
- Линклэйтер К. Освобождение голоса. - М.: ГИТИС, 1993.
- Матанов Б.А. И. Игра как средство воспитания сценической речи. / Автореферат. ЛГИТМиК /- Л., 19971.-Муравьев Б.Л. От дыхания - к голосу: Работа над речевым дыханием актёра. Уч. пособие. / ЛГИТМиК / - Л., 1982
- От упражнения к спектаклю. (Сб. статей) – М., Сов. Россия, 1974 (Библиотечка “В помощь художественной самодеятельности”. Вып. 4)
- Основы устной художественной речи: Программа для театральных отделений детских школ искусств. Сост. В.С.Ерик. - Киев, 1984.
- Переславцев А. И. “Сценическое движение” в книге: Театр-студия “Дали” Программы. Репертуар. Уроки. – М., ВЦХТ, 1997
- Петрова А.Н. Сценическая речь. Учебно-методическое пособие для театральных институтов и реж. отд. институтов культуры. - М.: Искусство, 1981.
- Пронина М.П. Речевой слух актёра. / Автореферат. Мин-во культуры РСФСР, ЛГИТМиК. / - Л., 1986.
- Рутберг И. Пантомима, движение и образ. - М.,1963
- Савкова З.В. Техника звучащего слова. / Методическое пособие. Всесоюзный научно-методический центр народного творчества и культурно-просветительской работы. / - М.: ВМЦНТиКПР, 1988.
- Савкова З.В. Как сделать голос сценическим. Практические приёмы, упражнения для развития голоса. - М.: Искусство, 1968.

- Станиславский К. Работа актера над собой, Собр. соч.-Т.2.-М.,1954
- Сценическая речь: Учебник. / Предисл. и научн. ред. И.П.Козляниновой, И.Ю. Проматовой. / - М.: ГИТИС, 1995
- Сценическая речь ” для студентов театральных вузов. - М.,1985.
- Уроки театра на уроках в школе: Театральное обучение школьников 1 – 11 классов: Программы, методические рекомендации, сборник упражнений. Сост. А. П. Ершова. – М., 1990
- Цзен Н., Пахомов Ю. Психотренинг: игры и упражнения. - М.,1988.
- Шмойлов М. Мастерство актера. Упражнения и игры начального этапа обучения. Методическая разработка. – Л., 1990 (В надзаг. ЛГИТМИК им. Черкасова. Каф. Мастерства актера. – Рек. Лит.)

#### **Для детей:**

- Алянский Ю.Л. Азбука театра: 50 маленьких рассказов о театре. / Для ср. шк. возр. / . - Л.: Дет. лит. Ленингр. отд., 1986.
- Барро Ж. Размышления о театре. - М.,1963
- Гранер В. Ритм в искусстве актера. - М.,1966
- Гугова В.И. и др. Сценическая речь: / Работа над текстом / Уч. пособие. - М.: МГИК, 1986.
- Ершова А. П., Букатов В. М. Актерская грамота – подросткам. – Ивантеевка, 1994
- Козлянинова И.П. Произношение и дикция. - М.: ВТО, 1977.
- Немерович-Данченко Вл. О творчестве актера. - М.,1984
- Немеровский А. Пластическая выразительность актера. - М.,1976
- Рутберг И. Пантомима, движение и образ. - М.,1963
- Станиславский К. Работа актера над собой, Собр. соч.-Т.2.-М.,1954

#### **для родителей:**

- . -Станиславский К. Работа актера над собой, Собр. соч.-Т.2.-М.,1954
- Козлянинова И.П. Произношение и дикция. - М.: ВТО, 1977.

## Приложение . Упражнения

### ВНИМАНИЕ

Перед началом каждого упражнения участники, концентрируют внимание на биении собственного сердца. Это очень важно. Должна быть полная концентрация.

### ВНИМАНИЕ

Группа выстраивается в шахматном порядке. Тренинг начинаем с простейших упражнений.

### ХЛОПОК

Группа должна поймать хлопок педагога, как один человек. Нужно добиться того, чтобы хлопок ловился молниеносно и не рассыпался, как горох. Количество и скорость хлопков каждый раз увеличивается (2, 3, 4 и т.д. за 1 раз). Нужно добиться полной концентрации внимания всей группы. Внимание можно проверить серией хлопков, среди которых один хлопок не воспроизвести, а лишь сделать вид. Если группа повторит хлопок, то, значит, группа невнимательна, а хлопает по инерции. Р.С.: Для сохранения интереса и внимания группы можно ловить не хлопок, а какие-то вылетающие из рук педагога предметы. Смело фантазируйте и меняйте предлагаемые обстоятельства как можно чаще.

Добившись нужного результата, поверните группу спиной к педагогу и начните упражнение сначала. После того, как группа научилась ловить хлопок и предельно собрала внимание, можете усложнить упражнение, подключив к нему упражнение «Верёвочка».

### ВЕРЁВОЧКА

Группа должна представить, что между ней и педагогом натянута верёвочка, которая не должна порваться, натянуться или провиснуть. Педагог начинает двигаться в разные стороны, при этом, не забывая про хлопок. Педагог может поднимать руки, ноги, приседать и поворачиваться. Группа должна двигаться, как один человек, чётко реагируя на изменение темпа, остановки и передвижения педагога, ловя при этом хлопок.

Р.С.: Добившись результата, можете перейти к следующему усложнённому варианту.

### ЗЕРКАЛО

Группа становится отражением руководителя в зеркале. Все движения головы, рук, ног, корпуса и т.д. повторяется в зеркальном отражении. Комплекс движений должен быть доведён до максимальной сложности и разнообразия. Группа должна воспроизводить его моментально, без отставаний, при этом, не забывая про хлопок.

Р.С.: Начинать нужно медленно и плавно, всё более и более усложняя движение и ускоряя темп. Принимайте самые нелепые позы. Если чувствуете ослабление внимания, включайте в упражнение хлопок.

### КОСА И КАМЕНЬ

Упражнение можно использовать для проверки внимания в предыдущих упражнениях. При слове «коса» педагог приседает и делает замах рукой по ногам участников - группа подпрыгивает. При слове «камень» - проводит рукой над головами участников – группа приседает.

Р.С.: Чтобы не ослабевало внимание старайтесь обмануть группу меняя местами слова и жесты.

### ЭСТАФЕТА

Вставать по порядку, как только сел предыдущий.

Хлопать по порядку.

Обязательное условие: не торопить соседа и не подсказывать, а терпеливо ждать.

Цель: выработка умения самостоятельно определять момент вступления в общее дело, чувства зависимости друг от друга.

#### ВСТАТЬ ПО ПАЛЬЦАМ

Выбрасывается количество пальцев и произносится фраза “Раз, два, три, замри.”

Не договариваясь, встать нужному кол-ву уч-ков. Каждый сам определяет, кому встать, кому сесть.

СЛУШАТЬ ЗА ОКНОМ, ЗА ДВЕРЬЮ...

Послушать, запомнить и придумать на

Основании звуков картинку действий или событий.

Основная цель упр.: добиться умения связывать разрозненные реальные факты в оправданную сюжетом картину.

#### ИСПОРЧЕННЫЙ ТЕЛЕФОН

Участники в два ряда и второй ряд пытается поймать слово.

Задача выполнена, если следящие

Не поймали слово и последний повторил слово точно.

Руки-ноги

По одному хлопку хлопать в ладоши по двум

Топнуть ногой или встать.

#### ВОРОБЬИ-ВОРОНЫ.

1 этап: все делятся на 2 команды и встают напротив друг друга, ведущий медленно говорит: “во-ро- --бьи (ны)” та команда, которую назвали – салит, а др. убегает. Ловят и убегают до черты на два – три шага сзади стоящих.

2 этап: все делятся на пары, в каждой паре ворона и воробей, пары на площадке хаотично. По команде во-ро-... все догоняют друг друга до команды “стоп-замри” если осалили раньше, то убежавший замирает по команде смирно и стоит так до следующего во-ро... если по команде стоп- замри кто-то из партнеров не замер, то пара удаляется из игры.

ЖИВОЙ АЛФАВИТ.

Раздать всем буквы алфавита, затем назвать слово. Укого эти буквы, тот выходит и выстраивает слово, затем фразу.

Можно не выходя к доске вставать на месте, хлопком обозначив свою букву.

Следующий этап: Печатная машинка.

#### ОСВОБОЖДЕНИЕ МЫШЦ

Исходное положение в «точке» (участник садится на корточки, обнимает руками колени, положив на них голову) будет использоваться в последующих упражнениях.

#### ВЗРЫВ – РАССЛАБЛЕНИЕ

По хлопку нужно «взорваться» из исходного положения (выбросить из себя энергию в окружающий мир, чтобы каждая из частей тела излучала её) и застыть в позе человека, тянущегося к солнцу.

Между хлопком и взрывом не должно быть паузы. Это мгновенная реакция тела, как - будто хлопок – это детонатор, а тело – мина. Далее сворачиваемся в «точку» на счёт 1(кисти рук), 2(руки до локтей), 3(плечи), 4(голова), 5(до пояса), 6(«точка»). При расслаблении тела каждая освобождающаяся часть его должна быть чужой, как – будто отрезаются нити, тянущие их вверх, и полностью расслаблена.

P.S.: Увеличивайте скорость хлопков и счёта. Для усиления внимания можете чередовать счёт с хлопками или менять его. Подключайте воображение!

#### ВЗРЫВ

Выполняется как предыдущее упражнение, только взрыв будет без расслабления, а из хлопка в хлопок тело должно переходить из взрыва во взрыв. Между хлопком и взрывом не должно быть и секунды паузы. Тело принимает различные спонтанные позы. Каждый взрыв максимально активен.

P.S.: Позы должны рождаться спонтанно, группа не должна успеть придумать позу. Для этого увеличивайте скорость хлопков – неожиданный хлопок и мгновенный взрыв.

#### РТУТНЫЙ ШАРИК

Тело участников группы состоит из полых трубочек, по ним перекачиваем ртутный шарик.

Упражнение начинаем с мизинца левой руки. В самый кончик пальца кладем ртутный шарик и держим его (каждый участник должен почувствовать его вес и представить, как он выглядит). Далее

по всем фалангам перемещаем его в основание мизинца, а затем в основание безымянного. По фалангам безымянного пальца перемещаем к его кончику и обратно и так далее до большого пальца. Из основания большого пальца перемещаем шарик в место сгиба кисти, далее в локоть, в плечо. Из левого плеча перемещаем его в левое бедро. Далее по левой ноге: в колено, в пятку, в большой палец от основания к кончику и обратно. И так по всем пальцам левой ступни. Из основания мизинца обратно в пятку, в колено, в бедро. Далее перекачиваем шарик в правое плечо, по руке, по пальцам и заканчиваем на кончике правого мизинца. Каждый сустав, каждая фаланга пальца становится «лузой», где шарик останавливается.

Перекачивая шарик, участники упражнения должны быть предельно внимательны и сосредоточены. Они не должны забывать, что ртуть – это жидкий металл, который может разлиться. «Трубки» в нашем теле имеют различный диаметр, а шарик же не меняет своего размера. Так же нужно помнить, что в тот сустав- «лузу», который будет ниже к земле, перекатится шарик.

P.S.: Упражнение можно разбить на части. Сначала перекачивать по одной кисти, по другой, из руки в руку, по плечевому поясу, по одной ноге, по другой, из одной ноги в другую. Далее объединить все части и прокатить шарик по всему телу. Педагог должен разогреть группу перед упражнением.

### СНЯТИЕ МЫШЕЧНЫХ ЗАЖИМОВ И ПЛАСТИЧЕСКАЯ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ТЕЛО В ДЕЛЕ

Один ученик застывает в стоп-кадре как на фотографии, поймавшей его в момент какого-то действия. Другой выходит, встает рядом в той же позе и пытается оживить фотографию, продолжив прерванное движение.

Затем другой, третий, а зрители обсуждают и решают, кто был ближе и точнее.

Можно продолжить упражнение заданием достроить картину. Делиться на команды.

Разбиться на пары (хотя бы по расчету

На первый, второй.) Каждая пара предлагает ведущему выбор: солнце-дождик, поезд-самолет, капуста-лук и т. д. Слова нужно не сказать, а сыграть. Ведущий узнает, кто это и одного определяет в одну команду, другого в другую.

Тише едешь, дальше будешь.

Ведущий спиной, дети бегут, вед.

Говорит: “Тише едешь, дальше будешь, раз, два, три, замри”, - поворачивается лицом. Дети замирают, затем запоминают позу и после паузы повторяют, затем придумывают другое действие, которое может вырасти из этой позы. И стараются объяснить, что им нужно было изменить в работе мышц по сравнению с бегом, чтобы получилось новое действие. День наступает, все оживает, ночь наступает, все замирает.

День – все придумывают себе любое действие и в нем двигаются по площадке, ночь – все замирают и придумывают другое оправдание

позы и выход из нее в соотв. Действие.

### ЗАМРИ НА СКОРОСТИ.

2 этап: В упражнениях на скорости: все хаотично стоят по площадке, называется ученик и чье место он должен занять, ученик молча быстро выбирает кратчайший путь и по команде бежит на названное место, все остальные освобождают дорогу, в процессе звучит команда “замри” (добиваться умения замирать молниеносно, затем можно добавлять оправдание поз) ЗАМРИ Использовать, как тренировку умения остановить себя, для переключения видов работы, для наведения порядка, для возможности разобрать и настроить на след. этап работы.,

1 этап: “Статуи” – замереть с минимальным дыханием, в абсолютной статике. Стоять так от неск. Секунд до 20 минут.

### УБЕГАЕТ, ДОГОНЯЕТ, БЕЖИТ.

“Ты кто?” “От кого?” “К чему?”

1 этап: добиться отличий и выявления закономерностей

2 этап: один и тот же ученик играет разные убегания: от волны, от мяча, от врага, от погони.

3 этап: парные этюды: двое убегают и что происходит между ними, один убегает, другой догоняет и что случилось и как это происходило и чем кончилось. ПОВТОРИ, ОТЛИЧИСЬ, ДОПОЛНИ.

Позы, действия. На первом этапе

максимально точно повторить, на втором- отличиться от предыдущего в том же действии, на третьем- дополнить, не разпрушая.

## ВЕС

- 1 вес- радость, ликование, ощущение легкости, полета, невесомости.  
 2 – солидный, но довольный (средний вес)  
 3- недовольный, скучный, усталый, обиженный, огорченный (тяжелый)  
 4- тяжесть до бессилия, голова не держится, тело налито свинцом, встать, поднять руку невозможно, тяжело. (сверх тяжелый – состояние сильной усталости, старости, болезни) **ЖИВОТНЫЕ**

Изображать животных по наблюдениям.

На 1 этапе важны смелость и выдумка,

На втором – искренность наблюдений

На 3 – умение держать общие условия и находить место среди других.

(Играть по одному, по два, малой и средней группой, договорившись об условиях, обязательно наличие отгадчиков)

### “Борьба стихий”

Группа делится на четыре части, каждая из которых получает роль одной из стихий. По хлопку педагога начинается хаотичное движение в заданном педагогом ритме, в ходе которого каждая группа имитирует пластикой характер заданной стихии. Попеременно, то одна, то другая стихия по команде педагога занимает доминирующую позицию.

## КООРДИНАЦИЯ

### ПАНТОМИМА “ШАР”

Постепенно заменять слова жестами.

Летит, летит по небу шар,

По небу шар летит,

Но знаем мы, что к небу шар

Никак не долетит.

Одна рука гладит, другая бьет

Таз вправо, голову влево, одновременно одна рука вращается по часовой стрелке, другая – против. Одной ногой отстукивать частый ритм, а руками мягко одной по горизонтали, другой по вертикали., затем кисти, затем голова + руки от локтя, таз. **РАЗНЫЕ ПАЛЬЦЫ**

Один горизонтально движется, др. –

Вертикально.

При вращении бедрами садиться и вставать, при этом хлопать, волны.

## ВООБРАЖЕНИЕ

### СУЕТА

Группа занимает пространство помещения в различных скоростях (от первой максимально медленной до десятой максимально быстрой, остальные - промежуточные), которые объявляет педагог. Нигде не должно возникать пустот – «дыр». Участники должны видеть возникающие «дыры», заполнять их в предложенной скорости, при этом, не сталкиваясь, друг с другом. Чтобы проверить, как заполняется пространство, участников по хлопку останавливают.

P.S.: Достигнув результата, упражнение усложняется. Участникам предлагается двигаться, превращаясь в нечто невероятное. ( Например: буква, механизм, существо, «абракадабра» и т.д.) Чем невероятнее задание, тем оно интереснее группе и даёт возможность фантазировать, но при этом не забывая двигаться, заполняя пространство.

Следующее усложнение:

Группа занимает пространство, но по хлопку должна разделиться на команды по 2, 3, 4 человека и т.д. и замереть. Задание объявляет педагог. Можно усложнять задание, предлагая выстроиться по росту от большого к маленькому, по цвету глаз, волос от тёмного к светлому и т.д. по желанию педагога.

P.S.: Для начала группа может делиться на команды под счёт, но со временем счёт сокращается и задание выполняется по хлопку мгновенно. При этом участники команд не должны повторяться.

### КОРОЛЬ

Группа двигается по заданию предыдущего упражнения. Педагог выбирает одного из участников и, объявив его «королём», на счёт 1, 2, 3 хлопает. «Король» принимает любую позу и замирает в том месте, где его остановили. Остальные действуют от него. Находят, оценивают характер позы и

замирают в том положении, которое соответствовало бы ей («король» зол, его «народ» испуган). Позы участников не должны повторять друг друга. Пространство должно быть полностью заполнено. P.S.: «Король» должен занять такую позу, от которой остальным будет удобно действовать, максимально выложившись в ней.

#### КАРТИНКА-ДЕКОРАЦИЯ

Участники двигаются как в предыдущем упражнении. На счёт 1, 2, 3 из своих тел строят декорации к предложенной теме. Если бы это была картина, то предложенная тема стала бы её названием («Нью-Йорк утром», «Пустыня перед дождём» и т.д.). Декорация должна соответствовать названию, пространство полностью заполнено.

P.S.: Счёт в упражнении может быть больше, но в конечном итоге его нужно довести до хлопка.

#### КАРТИНКИ ПОД МУЗЫКУ

По заданию упражнения «Суета» разделите группы на команды, количество участников определяет педагог. Он предлагает участникам музыкальные отрывки, а они, пристраиваясь, по одному строят декорации, передающие характер музыки. Пространство должно быть полностью заполнено. Каждый участник, принимающий участие в картине, должен оценивать её и прежде чем занять в картине своё место дать про себя ей название. После того, как последний участник займёт своё место, каждый называет своё название – они должны совпадать или быть похожи.

P.S.: Такие картинки можно строить без музыки, давая участникам только названия картины. Также можно предлагать репродукцию картины, в этом случае декорация должна соответствовать репродукции.

#### ФОНТАНЫ (ЛЮСТРЫ).

Команды (количество участников определяет педагог в зависимости от задания) в течение минуты придумывают «фонтан» и строят его из своих тел, после они дают ему название. По хлопку «фонтан» должен «ожить», соответствовать своему названию и принципу действия. По этому же заданию можно построить «люстру».

P.S.: Добившись результата в командах группа полностью делает целый «каскад фонтанов» (большую «люстру»), который по хлопку должен «ожить». Каждый участник действует в своей логике, но в общем ансамбле.

#### ПЕРЕХОД

От одной стены помещения до другой пройти «по тонкому льду», «по сугробам», «по стеклу» и т.д. Во время выполнения задания постоянно меняйте предлагаемые обстоятельства. Основная задача упражнения: поверить и действовать в вымысле.

P.S.: Далее, когда участники, поверив, начнут действовать в предложенных обстоятельствах, можно предлагать им «пролезть» под стеной, «пройти» по подвесному мосту и т.д. Далее повышайте сложность задания, задействуйте все группы мышц.

#### МЕХАНИЗМЫ

Разбиваем группу на команды, каждый участник становится одной из деталей предложенного педагогом механизма. В течение минуты команда договаривается, как будет выглядеть этот механизм, кто какой будет деталью. По хлопку механизм начинает действовать, а участники других команд должны угадать, что это за механизм или прибор.

P.S.: Желательно предлагать сложные механизмы с большим количеством деталей и функций (кухонный комбайн).

#### ПОРТРЕТ

Каждый участник команды становится частью лица загаданного человека, которого сажают перед командой. Она должна создать его «портрет». «Портрет» должен соответствовать загаданному человеку, причём один участник может изображать несколько частей лица (лопухое ухо и бровь, нос и щёки и т.д.).

P.S.: Загаданный человек начинает «строить рожи», а его «портрет» их повторять (открывает рот, закрывает глаза и т.д.)

#### ТЯЖЁЛЫЕ ПРЕДМЕТЫ

Группа разбивается на команды (количество участников в зависимости от задания определяет педагог) можно использовать упражнение «суета»

для разделения. Руководитель предлагает вытолкнуть из ямы тяжёлую телегу. Участники должны представить её себе и действовать согласно этому. Зрителям должно быть понятно: как выглядит телега, какая яма. Когда телега будет вытолкана, можно попросить описать картинки, которые увидел зритель и представили себе участники. Они должны совпадать.

P.S.: Достигнув результата, предложить участникам вытолкать автомобиль, поезд и т.д. Задание усложняется, и увеличивается количество участников в команде.

#### ЧУГУННЫЙ ШАР

Упражнение выполняется в полной тишине. Разделите группу на команды по десять человек. Команды образуют круг, внутри которого лежит «чугунный шар». Медленно, чувствуя руки партнёра, участники создают его поверхность. Это выполняется, не спеша, руки двигаются синхронно вверх-вниз влево-вправо. Шар должен стать видимым. Участники должны почувствовать шероховатости и неровности поверхности, холод металла. Не говорите участникам о правдивости действия, чтобы они не думали о том, как они выполняют это упражнение.

P.S.: Достигнув результата, когда десять пар рук создадут одну ровную поверхность, попросите команду поднять шар. Если команда поверила в этот коллективный вымысел, то при подъёме они будут приседать, подлезать под шар, вытягивать вниз руки. В момент отрыва его от земли команда в полной мере должна чувствовать друг друга и действовать синхронно.

#### СТЕКЛЯННЫЙ ШАР

Задание, как и в предыдущем упражнении, только теперь шар сделан из тончайшего хрусталя. Надо помнить, что при малейшем неосторожном, движении он может разбиться. Участники должны действовать очень осторожно при создании его формы и при его поднятии.

#### ЗАМОРОЖЕННЫЙ

Участники занимают площадку, так чтобы не мешать друг другу. Теперь каждый из них должен представить, что много миллионов лет назад он замёрз в ледяной глыбе. Теперь ему предстоит выбраться оттуда за счёт собственной энергии, растопив глыбу льда. Постепенное отмораживание начинается: с движения бровей, кончиков губ, мизинца и т.д. Дыхание становится действием по растапливанию льда, который тисками сковал тело. Тщательно и подробность совершения простейших действий позволяет поверить в вымысел и по настоящему уйти в игру. Упражнение трудоёмко, но очень эффективно. Длиться оно примерно 40-50 минут, чем дольше, тем лучше.

Упражнение заканчивается рождением нового по сути

#### ВООБРАЖЕНИЕ, ФАНТАЗИЯ

Обсуждение увиденного и фантазирование

На основании увиденной походки сочинить, предлагаемые обстоятельства. (Что за человек, откуда, куда, зачем, почему...)

#### АББРЕВИАТУРЫ

Придумать свою расшифровку к любой аббревиатуре реальной или выдуманной педагогом. После освоения, вводить ограничения типа: Из страны смеха, из страны слез, зверей, звезд, деревьев...

#### ФРАЗА ИЗ СЛОВ

“лестница, человек, часы” “течет, шум, машина”, “режиссер, драматург, актеры, пьеса”... порядок слов и падежи можно менять, др. добавлять, но эти слова должны быть обязательно.

#### ШУМЫ

Исполнители определяют “что, где, когда” и исполняют звуковой этюд: “Утро на море”, “Ночь в лесу”, “у зубного врача” “в зоопарке” “на птичьем дворе” “комар в ночном поезде” “авария на шоссе” “городская улица” и т. д. Слушатели отворачиваются или исполнители за ширмой, слушатели определяют, что и где происходит.

#### СОЧИНЕНИЕ ПЬЕСЫ

Этапы работы:

1. придумать событие
2. придумать действующих лиц
3. придумать название
4. придумать план развития событий, сцен, актов
5. написать реплики к сцене
6. назначить режиссера, актеров

поставить и сыграть сцену.

#### ДЕТСКИЕ СТИХИ ПО РОЛЯМ

Если играть так, то общий смысл будет такой, если играть по-другому, то общий смысл будет другой, если задумать третье, то играть опять надо по-другому (на одном и том же отрывке) Удобны Маршак, Барто, Заходер.

Например:



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

Дети сидят в полукруге. Педагог называет первое слово, которое является одно-временно и темой будущей фантазии и завязкой сюжетной истории. Каждый последующий ученик, повторяя все предыдущие слова, называет свое, которое продолжает сюжет, развивая за-данную тему. Упражнение заканчивает заранее названный педагогом студиец.

В другом варианте игры педагог не называет того, кто должен закончить рассказ. В этом случае от учеников требуется продолжать развивать фантазию как можно дольше, удерживаясь в русле заданной темы.

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

### ВОЛШЕБНАЯ ПАЛОЧКА.

Передавать какой-нибудь предмет, сопровождая момент передачи диалогом. Передающий называет существительное, а принимающий прилагательное к нему, передающий – глагол, принимающий – существительное к нему...вопрос, ответ...

### ВЗЯТЬ ПАРТНЕРА, МЕНЯТЬСЯ МЕСТАМИ.

Договориться глазами с партнером и поменяться с ним местами. Далее усложнять.

#### УПРАЖНЕНИЕ СО СТУЛЬЯМИ

Приготовились одновременно поставить стулья в полукруг лицом к двери. Пожалуйста! Важно, чтобы не было разговоров, никто не командовал, все работали одновременно, приспособиваясь, друг к другу.

Хорошо поделить группу на исполнителей и судей.

### ПО ЦВЕТУ ГЛАЗ, ВОЛОС.

Молча построиться по цвету.

#### ПО АЛФАВИТУ.

Молча построиться по алфавиту имен, Фамилий, по вторым буквам.

### ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ПАРТНЁРОМ ИМПУЛЬС

Группа разбивается на пары. Один будет посылать импульс, другой принимать. Посылающий импульс дотрагивается пальцем до принимающего в различные части тела, передавая импульс. Принимающий импульс начинает уходить от него именно той частью тела, которая получила импульс. Он уходит до того момента пока другая часть тела не получит импульс, та в свою очередь уходит до момента следующего импульса и т.д. Старайтесь уходить именно той частью тела, куда пришёлся импульс (рука, плечо и т.д.)

P.S.: Задействуйте всё тело партнёра, дотрагивайтесь в неожиданных местах, при этом увеличивайте скорость подачи импульсов. Достигнув результата когда принимающий будет на ваш взгляд полностью размят, и уходить от импульса нужными частями тела, поменяйте их местами.

#### СВАЛКА

Добившись результата в упражнении, усложните его. Теперь попробуйте делать его всей группой, В этом варианте импульс давать и принимать одновременно может каждый, при чём даёт импульс уже всё тело (плечо, рука и т.д.) Принцип упражнения сохраняется уходить от импульса и передавать его другому участнику, Участники должны стать мягкими, как воск. А упражнение превратиться в свалку, где будут задействованы все.

#### Я РЕЗИНОВЫЙ

Задание такое же, как в предыдущем в упражнении, только в этом варианте получив импульс принимающий. Тут же возвращается на своё место. Уходит и возвращается именно той частью тела, которой получил импульс.

#### ДИАЛОГИ

Разбиваем группы на пары. Нужно сказать и получить ответ, разговаривая только ногами. Конкретного способа общения нет. Это выбор и фантазия участников (топать, дрыгать ногами, касаться другого человека и т. д.). Главное в упражнении: быть услышанным и понятым, исключив из

общения мимику, жесты, речь. Ноги становятся языком актёра. Нужно добиться правды общения, чтобы актёры поняли друг друга. Упражнение исключает фальшь, давая свободу выражения себя. P.S.: Достигнув результата, узнайте у участников, кто о чём говорил. Далее упражнение можно усложнить: дать задание поговорить шеями, плечами, локтями и коленями. А в заключение диалог спинами.

#### МАРИОНЕТКА

Разбейте группу на пары, один «марионетка» другой кукловод. Кукловод тянет различные верёвочки, привязанные к различным частям тела куклы. Чётко соблюдая длину верёвочки. Сначала это просто игра – поиграл, отпустил, а далее нужно заставить куклу делать какое-нибудь дело (развернуть конфету, умываться, танцевать), при этом, не забывая про верёвочки. Должно быть, полное единение между куклой и кукловодом. Верёвочки не должны рваться, растягиваться, а движение куклы должно быть как можно сложнее. Достигнув результата полного единения, поменяйте местами участников.

#### МЕЛЬНИЦА

Разбиваем группу на команды по три человека. Человек, стоящий посередине будет уклоняться от «лопастей мельницы». Руки людей, стоящих вокруг него будут её «лопастями», которые по одному начав движение, будут пытаться разрубить человека, стоящего внутри. Траектория «лопастей мельницы» будет различной. Стоящий внутри человек должен будет пытаться уклониться от соприкосновения с «лопастями», стараться уводить от касания именно ту часть тела, где должно произойти касание. Лопастями не должны задевать стоящего внутри человека, он должен видеть их и уходить от них. Лопастями не должны играть в «поддавки», начав движение, не меняя траектории и не останавливаясь. Достигнув результата и хорошо размяв стоящего внутри человека, поменяйте ролями участников.

P.S.: Далее можете усложнить задание, завязав человеку глаза. Теперь он должен уходить от импульсов, а лучшим результатом будет то, когда человек научится чувствовать приближение «лопастей» и уходить от неё без касания. Усложните упражнение, увеличив количество «лопастей» и скорость их движения.

#### РУКИ ДРУГА

Делим группу на команды по три человека. Одному завязывают глаза, и он выставляет руки вперёд ладонями вверх. Двое других участников по очереди подходят к нему и называют своё имя и над его ладонями держат свои. Ладони не должны соприкоснуться. Человек должен запомнить тепло и энергию, идущую от других. Как только он запомнит, начинайте упражнение. Теперь человек должен отгадать, кто держит свои ладони, над его ладонями. Цель упражнения научиться определять без ошибок, подходящего человека узнавая тепло его рук. Когда все в команде попробуют отгадывать, можно усложнить упражнение руки подносить к различным частям тела. Нужно отгадать, где находятся руки и чьи они.

P.S.: Добившись нужного результата объединить команды. Каждый человек в группе должен знать тепло своих друзей и без ошибок определять его.

#### ЧЕЛОВЕК РЯДОМ

Тоже, самое, что и в предыдущем упражнении, только теперь уже человек подходит и встаёт рядом. Только теперь человек, у которого, завязаны глаза, должен запомнить тепло и энергию всего человека, избегая касания. Он должен научиться определять подходящего человека, кто и с какой стороны. Можно подходить по несколько человек.

P.S.: Сосредоточенный человек не поддаётся на провокацию.

#### ХОЗЯИН- СЛУГА

Команды по два человека. Один хозяин другой слуга. Слуга полностью подчиняется воли хозяина. Хозяин кладёт руку на голову слуге и перемещает его по пространству, легонько нажимая на руку (вперёд-назад, влево – вправо.) слуга не должен терять связь с хозяином, подчиняясь его воле. Можно менять хозяина и слугу прямо в процессе движения, слуга может забирать к себе инициативу, хозяин становится слугой. Можно, добившись результата, проводить это упражнения когда хозяин и слуга соприкасаются: руками, головами, спинами и т.д. Важно заставить слугу двигаться, как можно неожиданней и больше.

P.S.: Далее усложните упражнение, слуге завязывают глаза. А руку друга убираем на небольшое расстояние. Её можно по мере достижения результата, когда слуга полностью, подчиняется воли

хозяина, ориентируясь только на тепло руки, переносить к другим частям тела (к спине, к плечу, к ладони и т.д.)

#### КВАДРАТ

Команда из четырёх человек. Каждый участник становится одним из углов квадрата. Представьте, что этот квадрат находится на экране компьютера и мышкой его перемещают в пространстве. Участник за чей угол перемещают квадрат становится ведущим. Ведущие меняются по ходу действия, перехватывая на себя инициативу. Квадрат не должен ломаться, сохраняя форму перемещаться с различной скоростью. Вначале участники могут держаться за руки. Лучший результат выполнять это упражнение без рук.

P.S.: Можно перемещать различные фигуры. Главное участники должны уметь чувствовать партнёра и работать в едином ансамбле.

#### ОБЛАКА

Команды по пять человек. Один ложиться на пол в центре и полностью расслабляется. Четыре других участника берут его за руки и за ноги. Не дёргая, медленно растягивают и потихоньку отрывают от земли. Человек провисает в воздухе, затем его потихоньку раскачивают. Если тело человека полностью правильно расслабленно, то у него создаётся впечатление, что он парит в воздухе в облаках. Затем его также бережно опускают. Упражнение выполняют без резких движений, так как можно нанести человеку серьёзные травмы

#### Я ТЕБЕ ДОВЕРЯЮ

Разбиваемся на команды по шесть- семь человек. Упражнение на доверие к партнёрам. Один встаёт в центр, другие образуют круг. Стоящий в кругу расслабляют всё тело, кроме ступней, а остальные перемещают его по кругу бережно, как драгоценную вазу. Полное доверие к партнёрам и быстрое перемещение по кругу. Если тело не расслаблено, то человек становится, похож на букву «зю», при полном же расслаблении человек как бревно, на земле его держат только ступни.

#### ИГРАЕМ В МЯЧ

Разбиваем группу на пары и выстраиваем в колонны из одного участника пары у одной стены и из других - у другой стены. Играем в мяч, только этот мяч это сгусток энергии, который мы скапливаем в определённой части тела и отправляем партнёру. (Пример: в кисти руки.) Мы должны почувствовать этот мячик. Его вес и энергетическую силу. Каждая часть тела, которая посылает мяч не должна повторяться, получив мячик от партнёра, мы перемещаем его по телу в то место, которым будем передавать. Нужно, что бы мяч стал видимым, из какой части тела был отправлен, куда попал, и соответствовала ли сила подачи силе от удара. Когда участники поверят и будут играть, видя этот мяч, а не изображая его, можно усложнить упражнение тем, что этот сгусток ещё и пульсирует, как сердце.

#### МИШЕНИ

##### ТИР

Команды по два человека. Один мишень, другой стрелок. Мишень поднимает руки и разводит их в разные стороны. Три точки, в которые стреляет стрелок. Голова и две руки, они опускаются при попадании. Стрелок с помощью руки и звука «эй» расстреливает, стоящую к нему спиной мишень, посылая импульс в одну из точек. Мишень должна понять направление удара точно и опустить повреждённое место, для этого стрелок должен очень точно направлять удар.

P.S.: Усложните это упражнение и следующие, два можно сначала, заменив «эй» - простым глаголом или существительным (быть, бежать, дом, лом и т.д.)-потом просто щелчком. Щелчок - только посылом руки, а затем оставьте только мысленную концентрацию (стрелок просто выбирает точку и в голове концентрирует мысли на ней.)

##### МНОГО МИШЕНИЙ

Теперь все участники становятся мишенями. Мишени выстраиваются в ряд спиной к стрелку, стрелок один из участников. Задание как в предыдущем упражнении только теперь мишень весь человек. Нужно понять, кого стрелок выбрал в мишень и обернуться. Нужно так направить удар, чтобы выбранный стрелком человек понял, что он мишень. Если повернуться два человека упражнение считается невыполненным, до момента пока не повернётся одна мишень, она становится стрелком, а стрелок мишенью. Упражнение выполняется пока все, не научатся с первого раза разворачивать мишени. Далее можете усложнить упражнение как предыдущее. Так же можно разворачивать мишени за определённое плечо, через которое она должна обернуться.

### ДВИГАЮЩИЕСЯ МИШЕНИ

Задание, как и в предыдущем упражнении, только теперь мишени начинают двигаться спиной к стрелку, а стрелок должен попасть в двигающуюся мишень. Как только стрелок попадает, меняется с ней места. Далее усложняйте как в предыдущих упражнениях.

#### Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ

Это один из вариантов предыдущих упражнений, только теперь стрелок должен разворачивать мишени при помощи фразы «я люблю тебя». Вариант выполнения упражнения выбирает педагог.

#### РАССТРЕЛ

Теперь один человек становится мишенью. Он сидит на стуле с завязанными глазами и полностью расслаблен, а вся группа будет расстреливать его жестом руки и словом «встать». Группа поворачивается к нему лицом и начинает отходить от него пока не прозвучит хлопок, затем резко разворачивается и идёт к нему, не доходя двух шагов, стреляют в солнечное сплетение. Если упражнение выполнено правильно, то сидящего на стуле человека подбрасывает вверх. При отходе от мишени, от группы должна идти бешеная энергия, которую они полностью концентрируют внутри себя.

#### ПОЙМИ МЕНЯ

Разбиваем группу на две команды, с одинаковым количеством человек. Команды ставим друг против друга в разных концах комнаты. Каждый участник находит взглядом стоящего напротив человека из противоположной команды.

С ним он будет общаться. По хлопку все участники одной команды задают своему партнёру вопросы, а он отвечает. В общем, игре партнёры должны понять друг друга и о чём-то поговорить. Далее педагог спрашивает, о чём говорили пары. Можно немного изменить упражнение участники одной команды по очереди пытаются повернуть к себе лицом своего очень обиженного партнёра словом «прости».

#### ОРКЕСТР

По одному каждый участник группы пристраивается в оркестр. Каждый из них отбивает свой собственный ритм любым предметом, исключая хлопки и топанье ногами. Все подключаются по очереди до последнего участника. Не должны повторяться ритмы и манеры их извлечения. При отбивании различных ритмов вся группа становится единым оркестром. Чем неожиданнее манера извлечения звука, тем интереснее.

#### МУЗЫКА НАШИХ РУК

Вся группа садится в круг, закрывает глаза, прислушивается к ритму своего сердца и пытается услышать музыку внутри себя. Один из участников начинает играть музыку, звучащую внутри него руками. Дав ему позвучать, следующий в кругу участник подхватывает её, стараясь уловить точно, проигрывает её и переходит на свою мелодию. За ним третий, и так до конца по кругу. Участник, который начинал, подхватывает мелодию последнего и переходит на свою. Далее все участники играют свою мелодию в общем ансамбле. Достигнув крещендо, оркестр медленно умолкает. Если упражнение выполнено правильно, участники не врут, то можно услышать музыку и увидеть инструменты, исполняющие её. Далее можно попытаться угадать, какие инструменты исполняли музыку каждого участника. Участники должны быть предельно внимательны друг к другу.

#### ВЕТЕР ЛИСТЬЯ

Выбираем из группы трёх человек. Это будет ветер, остальные листья. Ветер поднимает их с земли. Они должны подчиняться любой интенсивности ветра, а его задача не дать им упасть, стараясь заставить их двигаться, как можно больше. Листья должны ощущать себя, как лёгкие «пушинки». Далее ветер утихает, и листья медленно опускаются на пол. Два человека, которые были ветром, становятся дворниками, а один ветерок, теперь листья подчиняются дворникам, собирающим листву и ветру раскидывающему её. Затем стихает в листве ветер, дворники сметают их в кучу и поджигают, Листва превращается в пламя костра, а затем в пепел, оседающий по пространству.

#### ПЩЕНИЦА

Сначала все участники - это зёрна пшеницы, лежащие в земле, которые обильно политы дождём и согреты солнцем. Зёрна начинают прорастать, пробивать землю, сначала маленький росток, большой, наливаются колос. Колос живёт своей жизнью, его поливает дождь, прибывает к земле град, греет тёплое солнце. Затем люди срезают колосья, сгребают в кучу и ставят снопы. Везёт снопы на мельницу, там их бьют цепями. Все становятся зёрнами, из них делают муку, а из муки делают, тесто из которого выпекают каравай. Педагог в обоих упражнениях говорит всю цепочку действий. Важно представить себя все, что называет педагог и действовать в логике этого.

#### ПЛАСТИЧЕСКОЕ ФАНТАЗИРОВАНИЕ

«МЫ СОЗДАЁМ МИР»

### Я СКУЛЬПТОР, МОЯ РУКА-ГЛИНА

Упражнение очень личное, по этому желательнее развести участников, как можно дальше друг от друга. Упражнение выполняется всеми участниками в три этапа.

Первый: лепим из своей руки простейшее существо, которого нет на свете, живущее по законам добра. Это то совершенное существо, которое задаст принцип новой жизни, от него пойдут все существа на земле. Это должно быть совершенство. Только автор будет знать о своём творении всё: как ест, спит, видит и слышит и т.д.

Второй: Когда существо готово нужно дать ему имя. Слово-имя не должно быть реальным, в нём должен содержаться смысл понятный только автору и быть его изобретением («Любасолнышко», «Добрик» и т.д.) Имя это судьба и способ действия существа. Т.к. имя это сокровенная тайна его надо тихонько шепнуть педагогу.

Третий: теперь оно будет ожить, в него нужно вдохнуть жизнь. Только автор знает, куда в какое место снизойдёт «дух».

Ожившее существо со всем в этом мире сталкивается впервые, оно выясняет, как двигается, как спит, ест и т.д. оно живёт свой самый первый день на земле, вступает или не вступает в контакты с другими существами, познаёт мир.

Упражнение заканчивается завершением этого дня. Педагог медленно подводит участников к этому, дав участникам это как предлагаемое обстоятельство. Существо устало, находит укромный уголок и засыпает. На счёт 10 участники возвращаются в реальность и задумываются, что же нового произошло с ними. Упражнение длится 30-40 минут, в произвольном темпе. Педагог может помочь создать участникам нужную атмосферу негромкими замечаниями.

P.S.: Далее можно предложить уснувшему существу проснуться уже взрослым, полностью заняв всё тело человека. При этом должна обязательно сохраниться логика действия существа, принципы движения, всё то что было у маленького.

### ФАНТАСТИЧЕСКОЕ СУЩЕСТВО

Упражнение выполняют все. Участники превращаются в простейшую молекулу, микроб и так далее. Существо, как и существо из нашей руки впервые рождается на свет, это нереальный организм. Для него всё впервые, оно ведёт постоянный поиск. Не важно, каким оно родилось, оно такое, какое оно есть. Ему становится, интересен окружающий его мир, и оно начинает своё путешествие по нему. Под руководством педагога, который постоянно меняет предлагаемые обстоятельства (полный простор фантазии педагога.) существо может существовать в различной среде обитания (из стекла, из воды, в груди камней и т.д.) Затем оно обретает способность превращаться в окружающие предметы (их называет педагог.) Увидело ромашку, превращается в неё, бабочку становится бабочкой и т.д. Фантазия педагога должна вести от одного превращения к другому.

### ЗВУК

Разбиваем группы на пары. Один – скульптор, другой – глина. По хлопку глина издает какой-то звук (хлопок должен быть неожиданным, чтобы глина не успела подготовить звук, т.к. звук который она произнесёт, будет именем будущей скульптуры.) Скульптор лепит скульптуру, которая может носить это имя, доводя её до совершенства. Создание идёт в полной тишине, а у глины закрыты глаза, она должна интуитивно уловить замысел скульптора, фиксируя каждое движение. По хлопку скульптура оживает, а скульптор становится зрителем, жизни своего «творения». Чем нереальнее скульптура, тем легче будет работать глине. Никаких запретов. Лепить можно, что угодно. Переходя в последующих упражнениях от не реальных вещей, к реальным. Это развивает у детей мобильность перевоплощения, которое должно стать лёгким привычным и радостным, чтобы это не было: дым от костра, кофеварка или кофемолка и т.д. Далее поменяйте участников местами.

### ПРЕДМЕТ

Задание как в предыдущем упражнении, только теперь скульптор из глины лепит любой существующий предмет или цветок, при этом глина не знает, что из неё лепят. Скульптор называет ей только, к какой группе она относится (механизм, цветок или растение). Глина должна понять, что из неё слепили, и по хлопку начать действовать в логике этого предмета. Чем точнее будут вылеплены все детали, тем точнее поймёт свою логику действия глина. Все принципы создания, как и в предыдущем упражнении. Далее поменяйте участников местами.

### ЖИЗНЬ БАБОЧКИ

В упражнении и в последующих его вариантах, участвуют все участники группы.

Исходное положение участники находятся в «точке» Это личинка бабочки. Она живёт своей жизнью, затем в свой определённый срок освобождается от толстого слоя и становится гусеницей. У гусеницы своя жизнь, пока она не становится «куколкой», а деле разорвав кокон, превращается в

бабочку. У неё своя жизнь. Участники проходят все стадии превращения, они должны быть только по законам природы, очень важно добиться именно этого. Процесс «рождения» у всех индивидуален, не следует торопить участников, но также он должен быть логично развивающимся, а неготовым результатом. В процессе упражнения участники могут найти свою пару, вступать или не вступать в общение с другими. Не начинать общаться надо, как можно дольше. Упражнение выполняется 40-50 минут. Важно в течение этого времени быть новым. Заканчивается оно, тем что, прожив целый день, бабочка устала и засыпает. Медленно участники засыпают, а на счёт 10 возвращаются в реальность.

Р.С.: Далее педагог даёт упражнения по всем этапам эволюции. ЖИЗНЬ РАСТЕНИЯ (Зерно, росток, растения.) ЖИЗНЬ НАСЕКОМЫХ (Яйцо, личинка, взрослое насекомое). ЖИЗНЬ РЫБ (Икринка, малёк, взрослая рыба.) ЖИЗНЬ ЗЕМНОВОДНЫХ (Икринка., личинка-головастик, взрослое земноводное.) здесь же и ПРЕСМЫКАЮЩИЕСЯ (Яйцо-животное.) ЖИЗНЬ ПТИЦ (Яйцо, птенец, птица.) ЖИЗНЬ ДИНОЗАВРОВ (Яйцо, динозавр.). ЖИЗНЬ МЛЕКОПИТАЮЩИХ (для превращения используйте упражнение скульптор- глина). Далее можно пройти эволюцию от начала до конца в одном упражнении.

### РЕБЁНОК

Участники становятся детьми от трёх до пяти лет, на улице где выпал первый снег. Огромный простор для фантазии и наблюдательности.

### РАЙ

Упражнение завершает тренинг. Главным в нём будет музыка, важно подобрать лёгкую приятную музыку можно взять музыку для релаксации. Участники тренинга разбиваются на пары мужчина – женщина.

Вначале женщина лепит из своего партнёра идеал мужчины- мужа – отца – брата. Мужчина запоминает, каким его вылепили, и лепит себе идеал женщины – жены – матери – сестры – дочери. Созданная друг другом идеальная пара оживает по хлопку педагога. Это первые совершенные люди в идеальных условиях жизни. Вокруг поют птицы, цветут цветы и деревья. Нужно только увидеть и поверить в это. Мужчина и женщина впервые открывают друг друга, узнают истинные отношения между мужчиной и женщиной. Здесь нет места боли и злу. Только тепло, солнце и свет. Упражнение длится 3- 4 часа.

### ДЕЙСТВИЕ В ПРЕДЛАГАЕМЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ

#### СОЧИНЕНИЕ СЮЖЕТОВ ЧЕРЕЗ КОСТЮМ

Все участники выбирают себе костюмы или детали или просто выбирают себе образ известной сказки (табличка), педагог вызывает произвольно 2-х персонажей и они должны придумать этюд-историю, связывающую их, т.е. где, когда, что с ними произошло и чем закончилось. ПАУЗА ДЛЯ ТРОИХ

Трое участников договариваются о ситуации, выходят на площадку и молчат. Этюд заканчивается тогда, когда возникнет необходимость слов или по желанию участников. В паузе должны просматриваться взаимоотношения и причины молчания. Зрители рассказывают, что они увидели. Разбор и повтор этюда несколько раз разными исполнителями, или теми же с уточнениями. Озвучивание паузы

После разыгранного этюда “пауза” желающие озвучить встают за спиной молчащего и произносят его внутренний монолог, т.е. то, что, судя по позе, взгляду, жесту мог бы сказать исполнитель. Зрители оценивают соответствие позы. (Начинать с сольного этюда и переходить к групповым)

Завершающий этап: наоборот исходя из слов и ситуации выстроить мизансцену паузы и взаимодействие в ней.

#### ОЗВУЧИВАНИЕ ИЛЛЮСТРАЦИИ.

1ЭТАП: картинка, в которой можно придумать текст вольно, каждому свой (соло)

2 этап: групповой этюд, где можно озвучить шум леса, голос кошки, песню бабушки, стук колес, вой ветра и т.д.

3 этап: картинки, где предусмотрен диалог и определен содержанием картины достаточно точно и в смысле текста и в смысле настроения.

На этом этапе картину исполнители должны стараться воспроизвести во всех деталях.

#### ЗАДАННЫЕ ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА

Отреагировать всем своим поведением заданную ситуацию: дождь, холодно, устали...

Остальные детали каждый придумывает сам. Отыгрывать, вспомнив как это бывает со мной или как я это видел в интересной ситуации.

### ЗАДАННОЕ ДЕЙСТВИЕ

Ждать, отдыхать, просить, узнать, огорчиться, командовать, писать, читать, слушать и т.д. Действие задается, а предлагаемые обстоятельства каждый придумывает сам. Показ, обсуждение. С развитием можно оформлять заданное действие введением музыки, шумов, реквизита, элементов декораций и оформления сценической площадки

### МАССОВАЯ СЦЕНА

Живая картина под названием базар, перемена, пляж, стадион и т.д. Картина-фотография. Затем каждый для себя определяет, где он был и что делал за минуту до фотографии и что будет потом. Затем предлагается начать проживать сцену за минуту, по хлопку педагога стоп-фото, по второму хлопку проживание дальше.

### ИГРА ПО РАССКАЗАННЫМ СИТУАЦИЯМ.

Кто-нибудь из участников рассказывает интересную ситуацию, произошедшую с ним во всех подробностях (вплоть до кто, где стоял), назначает актеров, которые могут задать ему вопросы для уточнения и воспроизводят ситуацию. Рассказчик и зрители смотрят, произошло ли то, о чем говорил рассказчик или нет, или произошло что-то другое, при необходимости рассказчик вносит коррективы и ситуация разыгрывается снова.

### ЧЕТВЕРТАЯ СТЕНА

Одна группа действует в предлагаемых обстоятельствах, другая “за четвертой стеной”. Кто из первой группы взглянул на зрителей и разрушил “четвертую стену” – выбывает. Кто остался в конце – победитель.

### ПЕРВАЯ ДРАМАТУРГИЯ

#### ПОВАРЕННАЯ КНИГА.

Открываем наугад любую страницу поваренной книги и выбираем рецепт приготовления любого блюда. Ингредиенты, использованные в рецепте, становятся действующими лицами. Нельзя играть повара и других людей. Рецепт диктует участникам последовательность и логику действий. Они анализируют рецепт самостоятельно, распределяют роли (их может быть несколько у участника.) Репетируют не более получаса и исполняют на зрителя, причём время показа неограниченно, исключив речь. Рецепт можно не зачитывать.

### СКАЗКИ

Участник тыкает пальцем в текст, не глядя в страницу. Слово, в которое попал палец, будет названием сказки, которую участники должны сочинить и сыграть через полчаса. Обязательно должна быть завязка, развязка, кульминация. Группу можно разделить на команды. В последствии время, отпущенное на создание сказки, сокращается до пяти минут.

P.S.: можно давать знакомые сказки, только они должны быть сыграны в различных жанрах. («Бременские музыканты» в жанре вестер)

### ПРОДУКТИВНОЕ ДЕЙСТВИЕ

#### ОДНО И ТО ЖЕ ПО-РАЗНОМУ

Физическое действие с разной задачей или в разном состоянии. (напр. Поднять руку, когда хочешь, чтобы тебя вызвали и когда не хочешь. Сидеть у телевизора, у шахматной доски, на уроке, на концерте, в автобусе, в самолете.

#### ПРЕВРАЩЕНИЕ ПРЕДМЕТА

Один превращает предмет, например, в

Мотор автомобиля и встает, как водитель

Этого автомобиля, желающие достроить картину, поняв, что происходит, придумывают, кем они тут могут быть и пристраиваются к картине в действии, дополняющем и расширяющем, или обогащающем действие, заданное первым.

#### ПО ПРАВДЕ И ПОНАРОШКУ.

Выполнить реальное действие, затем повторить его понарошку. (искать, действительно спрятанную в классе иголку, затем, зная, что иголки нет. Мыть стены, бросать мячик в цель...)

#### ИГРА В ПРЯТКИ

Сначала по-настоящему, а затем повторить

То же самое, но, чтобы не было заметно, что не по-настоящему.

1 этап: играем и повторяем элементы, эпизоды.

2 этап: Играем и восстанавливаем всю игру.

3 этап: строим игру-спектакль.

## 5 ОРГАНОВ ЧУВСТВ

этюды на поведение при включении сначала одного органа чувств (необходимо, чтобы каждый участник сыграл свой этюд на каждый из органов), затем 2-3 органа в одном этюде, затем все 5 – это уже этюд про человека в конкретных предлагаемых обстоятельствах с развитием событий.

### Игра “Жребий”

Две-четыре команды по жребию вытягивают то или иное время года. Используя цепочку предлагаемых обстоятельств, одна команда в этих обстоятельствах существует, другая угадывает время года.

## ЗАДАННАЯ ПОЗА

Задается поза (точное описание) Учащийся должен придумать действие, которое либо начинается либо заканчивается этой позой.

Начинать с оправдания позы, затем уже действие. Затем в позу вводится конкретизация направления взгляда, затем позы можно усложнять. **ЗАДАННЫЙ ЖЕСТ**

Задается один жест, который исполнитель должен органично, оправданно включить в коротенький этюд, из которого зрители должны понять, с кем, где и что происходит.

В это упражнение можно включать помощников.

+

## ПРЕВРАЩЕНИЯ

### ПРЕВРАТИЛСЯ САМ

Предлагается превратиться в кусты, деревья, цветы, игрушки, инструменты, овощи, ягоды, хлеб и т.д. Задание может даваться в форме: Мы входим в... спортивный магазин. Раз... два... три. На счет три все принимают форму соответствующего предмета. **ПРЕВРАЩЕНИЕ КОМНАТЫ.**

Превращение комнаты в другое место действия за счет перемены отношения к месту и действия в ней и с предметами, как ( в лесу, на болоте, в пустыне, в музее, в магазине в избушке Бабы-Яги...) Сначала сольно, затем группой по следующим этапам:

1.начальные пробы

2.анализ получившегося и формирование пожеланий для более совершенных превращений

### ТАК И НЕ ТАК

Раздать парные карточки, перемешав их, с картинками, представляющими правильный и не правильный типы поведения. Предлагается поднять руки тем, у кого есть картинки с неправильным типом поведения, один из них рассказывает по картинке, как неправильно себя вести, затем тот, у кого антипод этой картинке, рассказывает правильный тип поведения, затем разыгрываются оба варианта картинок в Продолжение:

3.составление плана-заказа-задумки с перечнем необходимых дел и участников 4.осуществление одного из замыслов всеми 5.вычленение драматурга, режиссера, актеров, зрителей. Участники выбирают кем быть: шумами, декорациями, противником, помощником-партнером, населением леса...

Продолжение:

действию, а педагог выставляет двойные оценки(одну за исполнение, другую за поведение персонажа (хорошо-хорошо, хорошо-плохо и т.д.) не объясняя. Постепенно дети сами должны понять, за что первая оценка и за что - вторая.

### ТАК И НЕ ТАК ДЛЯ ТЕАТРАЛЬНОГО ЗРИТЕЛЯ

Коллективное составление правил для театрального зрителя через разыгрывание сценок “Так и не так”: выбор билета, время на дорогу в театр, время входа в зрительный зал перед началом, буфет перед началом и в антракте, поведение во время действия и в антракте, по окончании спектакля.

### ПРЕДМЕТ, ЖИВУЩИЙ ТВОИМ ГОЛОСОМ

Работа в паре. Один озвучивает жизнь предмета, а другой создает видеоряд в соответствии со звучанием (т.е. пластическое проживание) И наоборот.

### КОСТЮМ-ПРЕВРАЩЕНИЕ

Детали костюма реальные или на память физических действий, исполнитель обыгрывает деталь костюма, зрители пытаются понять, кто это, в каких обстоятельствах и какая деталь костюма. Исполнитель должен придумать, кому и в каких обстоятельствах может принадлежать эта деталь, особенности поведения и характера, обусловленные этой деталью.

### СОЗДАНИЕ НОВОЙ ЖИЗНИ.

Правая рука – скульптор, левая –глина.

Скульптор из глины лепит что-то вроде амебы, из которой потом разовьется вся жизнь. Слепить, затем дать существу жить.



### ОЖИВИТЬ АБРАКАДАБРУ

Работа в паре. Один с закрытыми глазами выкрикивает абракадабру, другой лепит из выкрикнувшего эту абракадабру, и первый этой формой пытается существовать. Затем меняются ролями.

### СЛОВЕСНОЕ ДЕЙСТВИЕ

#### РЕЧЬ НА ЦИФРАХ

Диалог или монолог на актерской задаче с без использования конкретных слов только при помощи интонирования. ( на цифрах, слогах или скороговорках)

#### ЧУВСТВО ПРОСТРАНСТВА

Равномерно занять класс

Расположиться в пространстве не советуясь, молча на равном расстоянии друг от друга.

#### ЗАПОЛНЯТЬ ПРОСТРАНСТВО

В РАЗНОМ ТЕМПЕ (молча и не сталкиваясь)

#### ВЫХОД РЯДА.

Рассадить участников по группам,

дать им наименования групп или номера.

Задача: названная группа выходит из класса максимально быстро, не толкаясь, тихо, не создавая пробки.

Постепенно скорость увеличивается.

### Тумба, тумба, где ключи?

Все игроки располагаются у каких-

нибудь предметов. (у стульев). Водящий подходит к игроку, спрашивает про ключи, тем временем за его спиной остальные стремятся поменяться местами. Он должен услышать новый адрес и попытаться в то же время занять освободившееся место. Если не получилось, то идет по новому адресу. +

### ДЛИННОГОВОРКИ

1. Из-под Костромы, из-под Костромщины везет Сенька Саньку с Сонькой на санках. Везет, да скороговоркамси так и сыплет: мол, тетерев сидел на дереве, от дерева тень тетерева; мол у гусыни усов ищи не ищи - не сыщешь, мол, каков Савва, такова ему и слава. Скороговорки с короговорил, да так всех скороговорок и не выскороговорил.
2. Два дровосека, два дроворуба говорили про Ларю, про Варю, про Ларину жену; спорили, что у осы усы - не усищи, а усики; что шит колпак не по-колпаковски, что вылит колокол не по-колоколовски. Пока шел спор, забрела свинья во двор. Рыла свинья тупорыла, белорыла; полдвора рылом изрыла, вырыла подрыла. О пустяках спорить - дело упустить.
3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.
4. Маланья - болтунья болтала, что Карл у Клары украл кораллы, а Клара к КАрла украла кларнет. На язык пошлин нет, что хочет, то и лопочет. Болтала-болтала, болтала-болтала, да все выболтала: ложь ходит на гнилых ногах; кто вчера солгал, тому и завтра не поверят.
5. Я ему по секрету, а он всему свету, что на улице медовик, а мне не до медовика, что на улице деготник, а мне не до деготника, не до деготниковой жены, не до деготниковых детей. Так вот скажет друг дружке, а дружка подружке, а подружка борову, а боров всему городу. Ведь язык от лжи не краснеет и без того красный. А только береги честь с молоду. один раз соврешь - в другой не поверят. Ведь коли врун, так и обманщик, а обманщик - так и плут, а плут - так и мошенник, а мошенник - так и вор!
6. Маланья-болтунья болтала, что всех скороговорок не перескороговоришь, не перевыскороговоришь, что не скажешь: на дворе трава, на траве дрова - раз дрова, два дрова, три

дрова - не вместит двор дров, дрова выдворить пора. И не скажешь: тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали. Однако прыгают на языке скороговорки, как караси на сковородке. Значит Маланья-болтуня зря болтала, что всех скороговорок не перескороговоришь, не перевыскороговоришь.

7. Береги честь смолоду: а то была у Фрола, Фролу на Лавра наврала, пойдет к Лавру - Лавру на Фрола наврет: ведь язык без костей, от лиха не краснеет, без того красный. У злой Натальи все люди "каналы". И еще говорит: "Не тот, товарищи, товарищу товарищ, кто при товарищах товарищу товарищ, а тот, товарищи, товарищу товарищ, кто без товарищей товарищу товарищ."

1. Из-под Костромы, из-под Костромщины везет Сенька Саньку с Сонькой на санках. Везет, да скороговоркамси так и сыплет: мол, тетерев сидел на дереве, от дерева тень тетерева; мол у гусыни усов ищи не ищи - не сыщешь, мол, каков Савва, такова ему и слава. Скороговорки с короговорил, да так всех скороговорок и не выскороговорил.

2. Два дровосека, два дроворуба говорили про Ларю, про Варю, про Ларину жену; спорили, что у осы усы - не усищи, а усики; что сшит колпак не по-колпаковски, что вылит колокол не по-колоколовски. Пока шел спор, забрела свинья во двор. Рыла свинья тупорыла, белорыла; полдвора рылом изрыла, вырыла подрыла. О пустяках спорить - дело упустить.

3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.

3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.

3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.

3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.

3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.

3. От топота копыт пыль по полю летит -едет баба из города, везет вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом да все с творогом; мол пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей двести.