

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ № 5»

Рекомендована к реализации:

Методическим советом
МБОУ ДО ЦДО № 5
г. Красноярск

Протокол № 1
«30» августа 2024 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ ДО ЦДО № 5
г. Красноярск

_____ В.М. Девяткина

Приказ № 165 от «30» августа
2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ТЕАТРАЛЬНАЯ СТУДИЯ «МЮЗИКЛ»

Направленность: художественная.

Уровень программы: продвинутый.

Возраст обучающихся: 5-14 лет.

Срок реализации программы: 1 год, 36 часов.

Составитель программы:

педагог дополнительного образования

Бондаренко Ксения Михайловна

г. Красноярск

2024

Содержание

1 Пояснительная записка.....	2
2 Учебно-тематический план.....	8
3 Содержание программы.....	10
4 Методическое обеспечение программы.....	13
5 Список литературы.....	14
Приложения.....	16

Пояснительная записка

Введение

С античных времен человечество использовало театр и формы театрального действия в целях образования и развития личности, воспитания общественного сознания. История приобщения детей к искусству театра в России начинается с 17 века, так же, как и вся история русского театрального искусства. В настоящее время занятия театральным творчеством посредством музыки и танца актуально. Гармоничное развитие личности тесно связано с процессом формирования ее духовных запросов, с одной стороны, и с реализацией творческих возможностей, с другой. Оба эти процесса идут в теснейшей связи друг с другом, находятся в диалектическом единстве.

Дополнительное образование по данной программе это единственная возможность для обучающихся в МБОУ ДО ЦДО № 5 заниматься актерским мастерством, сценографией, основами гримирования. Оно направлено на развитие индивидуальности, обеспечение условий для личностного роста и создание возможностей творческого развития.

Программа является продолжением программы базового уровня. Обучающиеся, получив навыки актёрского мастерства, пробуют себя в театрализованных представлениях, сценических постановках по мотивам драматических произведений и других, спектаклях для родителей, для всех желающих. Программа позволяет обучающимся выходить на сцену с глубокими драматическими произведениями перед квалифицированным жюри в профессиональных театральных конкурсах для детей.

Актуальность программы

Предпосылками к созданию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей «Мюзикл» послужили с одной стороны - современные требования к образованию. Так, в Федеральном Законе «Об образовании в Российской Федерации» определено, что дополнительное образование детей направлено на формирование и развитие творческих способностей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Дополнительное образование в образовательных учреждениях дает возможность выявить и развить творческие способности детей. На занятиях по дополнительному образованию идет углубление, расширение и практическое применение приобретённых знаний в основной образовательной деятельности. Также ФГОС ориентирует педагогов на признание ценности дошкольного детства как уникального периода в жизни человека, когда особенно важно выявить и максимально раскрыть способности детей.

С другой стороны - потребность родителей, в развитии у их детей социальной адаптации, памяти, речи, фантазии, гибкости тела.

Направленность программы - художественная.

Новизна программы

Мюзикл эта та программа, которая соединяет в себе несколько направлений: актерское мастерство, сценическая речь, пластику тела (хореографию) и музыку. Обучающиеся по

данной программе могут проявить себя в разных творческих областях, и для этого необязательно иметь определенные навыки, одаренность.

Мюзикл – это возможность: понять свои возможности и потребности, реализации своего разностороннего таланта, развития способности эмоциональной регуляции поведения, проявления своей индивидуальности.

Мюзикл – это сближение и соединение музыки, пластики, театра в единый процесс, который помогает обучающимся целостно воспринимать мир, познавать красоту во всем ее многообразии, способствует снятию напряжения, помогает воспитанникам излечиться от утомляемости за счет переключения их на разнообразные виды деятельности в ходе занятия, делает его живым и увлекательным, наполняет интересным содержанием.

По программе Мюзикл на равне с обычными детьми могут обучаться дети с ограниченными возможностями здоровья. А так же она может реализовываться с использованием дистанционных образовательных технологий и сетевых форм обучения.

Особенность программы

Основные направления театральной студии - это актерское искусство и сценическая речь. Музыка выступает, как форма, способ овладения данными дисциплинами. Вокал – это необязательная часть программы, а вспомогательная.

Отличительной особенностью данной программы является то, что оно создает возможность каждому обучающемуся не имеющему определенных способностей раскрыть их в разных областях данной программы (вокальные, хореографические, актёрские, ораторские).

Цель программы: создание условий для раскрытия творческого, эстетического потенциала ребенка посредством музыки и театра, и сплочения детского коллектива, как основы социализации детей.

Задачи:

Воспитательные:

- а) способствовать формированию чувства ответственности за коллективный труд, толерантности, взаимопомощи;
- б) расширять представления о культуре общения на сцене и в жизни;
- в) приобщить к духовным и культурным ценностям мировой культуры, к искусству.

Обучающие:

- а) формировать целостное представление о театре, мюзиклах и других музыкально-сценических жанрах.
- б) сформировать навыки и умения действовать на сценической площадке естественно и оправданно.
- в) сформировать навыки и умения сценической деятельности, гримирования;
- г) сформировать навыки и умения в области актерского мастерства, хореографии, вокально-хорового исполнительства, сценического грима.
- д) создать условия для реализации сценических способностей;

Развивающие:

- а) развивать умение осваивать одни и те же действия в разных обстоятельствах и вести себя в этих же ситуациях по-разному.
- б) развивать воображение и веру в сценический образ и вымысел;
- г) развивать умение осваивать сценическое пространство, обретать образ и выражение характера героя;

- д) работать над повышением уровня исполнительского мастерства: уметь применить на практике полученные знания;
- е) развивать эстетический вкус;
- ж) развить познавательные процессы: внимание, воображение, память, образное и логическое мышление.
- з) развить речевые характеристики голоса: правильное дыхание, артикуляцию, силу голоса; мышечную свободу; фантазию, пластику.

Срок реализации программы 1 год.

Трудоемкость одного года обучения - 36 учебных часа.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю: 1 занятие по 1 академическим часа (5-7 лет по 30 минут, 8 лет –14 лет 45 минут).

Наполняемость групп: 8-10 человек, возрастом 5-14лет.

Продвинутый уровень (36 часов)

Методы и приемы реализации программы:

1. Игра 2. Голосовая разминка. 3. Художественная игра. 4. Хореографическая импровизация 5. Имитация движений 6. Скороговорение 7. Импровизация

Все занятия коллективно-парные.

Одним из средств достижения поставленной цели выступает художественная игра в мюзикле. В игровой форме происходит знакомство с новым видом деятельности, приобретение навыков мюзикла, а также творческих действий. Таким образом, кроме приобретенных новых знаний и умений, происходит обогащение жизненного опыта дошкольников и школьников. Такой прием позволяет максимально учитывать возрастные психофизиологические особенности детей.

При работе над постановкой мюзикла целесообразно разделить участников на следующие группы: Солисты, Актерская группа, Мобильная группа

Солисты: - в эту группу входят дети, имеющие достаточно высокий потенциал разноплановых способностей.

Актерская группа - основные действующие лица на сцене.

Мобильная группа: в эту группу могут входить дети, которым в силу различных причин требуется более длительный период овладения программой или определенным талантом (навыком).

Все эти группы действуют только на момент одной постановки, при следующих постановках дети могут быть переведены из одной группы в другую.

Принципы и подходы к реализации дополнительной общеразвивающей Программы

Принципы, сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

- поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, - самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДО) и детей.
- уважение личности ребенка.

Данная образовательная программа опирается на методические разработки в области театральной педагогики: А.П. Ершовой и В. М. Букатова, А. Б. Никитиной, А. И. Фоминцева, Е. Р. Ганелина. Теоретической основой материала служит учение К.С. Станиславского. Весь процесс обучения строится на использовании методов театральной педагогики – технологии

актерского мастерства, сочетающей комплекс специальных упражнений, театральных игр, адаптированных для занятий с детьми, сочетающий игровые и диалоговые формы, учитывая психолого-возрастные особенности детей. В основе адаптации лежит принцип действенного освоения материала через постановку увлекательных творческих задач. Каждый ребенок проходит путь от упражнения, этюда к спектаклю. Дети и педагог – участники совместного творческого процесса.

Методологические принципы дошкольного и школьного образования:

1. Доступность (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям).
2. Наглядность (наличие дидактических материалов).
3. Демократичность и гуманизм (взаимодействие педагога и ребенка, реализация творческих потребностей).
4. Научность (обоснованность, наличие методических рекомендаций и теоретической основы).
5. «От простого к сложному» (научившись элементарным навыкам, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных игровых заданий)
6. Принцип реальности и практического применения.

Планируемые результаты освоения программы

Результаты воспитания и общего развития:

1. Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
2. Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
3. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
4. Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
5. Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
6. Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
7. Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
8. Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
9. Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.

10. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
11. Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
12. Проявляет ответственность за начатое дело.
13. Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать.
14. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
15. Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
16. Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
17. Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
18. Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
19. Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
20. Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
21. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Предметные результаты

Знания и умения в конце первого года обучения.

Дети должны знать	Дети должны уметь к концу года
Особенности театра как вида искусства.	Показывать мизансцены без слов
Театральные термины	Разбираться в театральной терминологии, хореографической правильно употреблять сценические термины в речи.
Устройство речевого аппарата и звукообразования	Владеть своим телом
Упражнения на внимание и координацию движений	Концентрировать внимание и координировать движения, ощущать себя в сценическом пространстве. Направлять свою фантазию по заданному руслу. Образно мыслить.
Сценическую культуру	Выступать в театральных жанрах.
Знать виды театров? Чем отличается театр-	Запоминают длинный текст и могут его

мюзикл от других видов искусств. Об элементарных технических средствах сцены, об оформлении сцены.	воспроизвести в движении и разных позах; Умеют произносить на одном дыхании длинную фразу или четверостишие; Умеют менять по заданию педагога высоту и силу звучания голоса;
--	--

Контроль знаний осуществляется в соответствии с Положением о мониторинге и итоговой аттестации обучающихся Центра дополнительного образования № 5. Оценка по результатам обучения - комплексная, учитывающая результаты текущего контроля (присутствие, работа на занятиях), промежуточной аттестации (успешное выступления с постановками), итоговая аттестация обучающихся (показ большеметражной постановки).

Формы подведения итогов

ИТОГОВОЙ РАБОТОЙ по завершению учебного периода и после освоение определенных навыков, являются театрализованные представления или сценические постановки по мотивам драматических произведений и других, спектакли для родителей, для всех желающих, участие в конкурсах.

<i>Время проведения</i>	<i>Цель проведения</i>	<i>Формы контроля</i>
Начальный или входной контроль		
В начале учебного года.	Определение уровня развития детей, их творческих способностей.	Этюды
Текущий контроль		
В течение всего учебного года.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	наблюдение, опрос, индивидуальные этюды.
Промежуточный контроль		
Конец декабря. Конец марта.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Показ постановок: зимняя сказка, весенняя сказка.
В конце учебного года		

Конец мая или начало июня.	<p>Определение изменения уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.</p>	<p>Показ несколько постановок или большеметражной постановки «Летняя сказка». Коллективная рефлексия, коллективный анализ работ, самоанализ.</p>
----------------------------	---	--

**Условия реализации программы
Материально-техническое обеспечение.**

Для организации и осуществления воспитательно-образовательного процесса с воспитанниками театра-студии необходим ряд компонентов, обеспечивающих его эффективность:

- наличие учебных и служебных помещений (зала для проведения репетиционных занятий, сцены, гардероба, санитарных комнат);
- стулья, декорации;
- маты, гимнастические коврики;
- зеркала, грим;
- реквизиты, костюмы;
- ширмы (стационарные, передвижные);
- аудио-аппаратура, аудио-записи;
- видео - фонд записей постановок и выступлений тетра-студии.

Учебный план

№ п/п	Наименование дисциплины (разделы)	I этап 1 - год обучения
1.	Пантомическая игра. Импровизация	6
2.	Актерское мастерство	8
3.	Сценическая речь/Практикум	8
4.	Сценическое движение/ Практикум	8
5.	Пластика тела	6
	ВСЕГО:	36

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Раздел	Тема	Всего часов
1	Театральная Игра. Импровизация	<i>Этюд «Органическое молчание».</i>	1
2	Театральная Игра. Импровизация	<i>Этюд «Беспредметное действие».</i>	1

3	Театральная Игра. Импровизация	<i>Этюд «Свяжи этюд».</i>	1
4	Театральная Игра. Импровизация	Этюд «Ожидание»	1
5	Театральная Игра. Импровизация	<i>Этюд «Новый финал».</i>	1
6	Театральная Игра. Импровизация	<i>Этюды на общение в условиях оправданного молчания. «На экзамене»</i>	1
7	Театральная Игра. Импровизация	<i>Этюды на общение в условиях оправданного молчания. «Я на сцене»</i>	1
8	Сценическая речь	Знакомство со сценарием сказки	1
9	Сценическая речь	Знакомство со сценарием сказки	1
10	Пластика Тела	Знакомство с движениями героев сказки	1
11	Пластика Тела	Знакомство с движениями героев сказки	1
12	Сценическое движение	Отработка движений героев сказки	1
13	Сценическое движение	Отработка движений героев сказки	1
14	Сценическая речь	Речь и голос	1
15	Актерское мастерство	Генеральная репетиция сказки	1
16	Актерское мастерство	Выступление – показ сказки	1
17	Сценическая речь.	Рефлексия по зимней сказки. Знакомство со сценарием летней сказки	1
18	Пластика тела	Хореография героев постановки «Летняя сказка»	1
19	Пластика тела	Хореография героев постановки «Летняя сказка»	1
20	Сценическая речь.	«Речь и голос» на примере постановки «Летняя сказка».	1

21	Актерское мастерство	«Я на сцене» - отработка движений с речью на примере «Летней сказки»	1
22	Актерское мастерство	«Я на сцене» - отработка движений с речью на примере «Летней сказки»	1
23	Сценическое движение	Сценическое движение героев «Летней сказки»	1
24	Сценическое движение	Сценическое движение героев «Летней сказки»	1
25		Сценическое движение героев «Летней сказки»	1
26	Сценическая речь.	«Речь и голос» на примере постановки «Летняя сказка».	1
27	Пластика тела	Хореография героев постановки «Летняя сказка»	1
28	Пластика тела	Хореография героев постановки «Летняя сказка»	1
29	Пластика тела	Хореография героев постановки «Летняя сказка»	1
30	Сценическое движение	Сценическое движение героев «Летней сказки»	1
31	Сценическое движение	Сценическое движение героев «Летней сказки»	1
32	Сценическая речь.	«Речь и голос» на примере постановки «Летняя сказка».	1
33	Актерское мастерство	«Я на сцене» - отработка движений с речью на примере «Летней сказки»	1
34	Актерское мастерство	Генеральная репетиция постановок «Летняя сказка»	1
35	Актерское мастерство	Генеральная репетиция постановок «Летняя сказка»	1
36	Актерское мастерство	Итоговое занятие показ постановок «Летняя сказка»	1
		Итого:	36 часов

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

1 раздел: «Театральная игра»

Цель: сформировать целостное представление о театре, мюзиклах и других музыкально-сценических жанрах и создать условия для реализации сценических способностей.

Теория

Введение в курс обучения. История театра. История русского театра. Виды театра. Отличие театра от других видов искусства. Основные принципы театра. Театр – искусство коллективное и синтетическое. Многообразие театральных форм. Художественное восприятие действительности. Творческий дневник. С чего начинается театр? Театры Красноярск. Драматический театр. Театр Оперы и балета. Сатирический театр. Театр пантомимы. Этикет в театре. Театр музыкальной комедии. Мой герой.

Практические занятия - этюды

«Органическое молчание». Актеры взаимодействуют на сцене без возможности говорить. Невозможность говорить обеспечивается местом действия: читальный зал библиотеки, по разные стороны магазинной витрины, начальный период знакомства, шум на станции или в вагоне метро, зрительный зал театра, кинотеатра.

«Беспредметное действие». С воображаемыми предметами пришить пуговицу, поджарить яичницу, собрать чемодан и т.д. Особенно внимательно следить за тем, чтобы у актеров все время оставалось ощущение формы, объема, веса воображаемого предмета.

«Связи этюд». Даются три ничем не связанных между собой предмета, например, чемодан, иголка. Лампочка. Надо на них построить этюд. Причем эти же три слова являются единственными, которые можно произносить.

«Ожидание». Каждому участнику предлагается сыграть ожидание нескольких абсолютно разных вещей, например друга, поезда, пули. Остальные по этюду должны понять, когда какое ожидание было. Сам же участник с помощью руководителя должен проследить, как менялось его внутреннее состояние в зависимости от объекта ожидания.

«Новый финал». Участники разбиваются на несколько групп. Каждая берет какой-то очень известный сюжет и пробует сделать другой финал. Причем сыграть его так, чтобы казалось, что ничего нового нет. Этот этюд необходим для того, чтобы актерам было легче отказываться от стереотипов и свободнее идти на новые нетривиальные решения там, где, казалось бы, все уже сто раз известно из тех же уроков литературы.

Этюды на общение в условиях оправданного молчания:

«На экзамене», «У телефонной будке», «Переезд на новую квартиру», «В читальном зале», «Туфли», «Карикатура», «Ссора».

Упражнение «Слушаем тишину», Упражнение «Тень».

Знакомство со сценарием «Зимняя сказка». Работа со сценарием «Зимняя сказка».

Материалы и оборудование: помещение, гимнастические коврики.

Текущий контроль: Наблюдение, беседа, оценка.

2 раздел: «Пластика тела»

Теория

Понятие «импровизация». Основы пластической импровизации.

Главное в импровизации – внезапность творческого импульса, мгновенное нахождение идеи, темы, пластического воплощения, органики сценического действия.

Практические занятия

На развитие координации: «Плавание»;

На раскрепощение: «Марионетки»;

На пластику тела: «Попугай в клетке»;

Упражнения на неожиданность, мгновенность исполнения;

На развитие координации: «Плавание»;

На раскрепощение: «Марионетки»;

На пластику тела: «Попугай в клетке»;

Пластика тела героев постановки «Зимняя сказка»;

Упражнения на внимание: «Расклад предметов»;

На развитие координации: «Плавание», «Дирижер»;

На раскрепощение: «Марионетки»;

На пластику тела: «Попугай в клетке», «Гладим животное»;

На чуткость: №1.

Пластика героев сказок.

3 Раздел: «Сценическая речь»

Практические занятия

Упражнения: «3 вида выдыхания», «Птичий двор», «Маляр», «Скороговорение», «Забавные стихи», «Чистоговорки в образе». Разучивание текста сказок. Репетиционный период. Постановка голоса. Работа над чтецким материалом. Показ спектакля. Выступления коллектива. Концертные номера.

Групповая работа над текстом постановки (литературным произведением). Практическое применение полученных знаний. Умение работать в коллективе, подчиняться общему режиму работы, проявлять инициативу. Первое прочтение. Работа над ролью (интонация, сценическая речь, характер). Работа на малой сцене. Работа на большой сцене. Репетиции по картинам. Сводные репетиции. Парные репетиции. Групповые репетиции.

Индивидуальная работа с текстом. Выбор чтецкого материала. Первое прочтение текста роли (литературного материала). Работа над ролью (интонация, сценическая речь, характер). Работа на малой сцене. Работа на большой сцене. Репетиции по картинам (эпизодам).

4 Раздел: «Сценическое движение»

Практические занятия

Случайная поза. Статуя. Скульптура по памяти. Буратино. Напряжение по заказу. Ревизоры напряжений. Оправдание поз в движении. Повтори позу! Мысленное оправдание позы. Память движений. Вспомните упражнение! «Брито-стрижено». Режиссеры и актеры. Оправдание движений. По дороге домой. (М. Кипнис «Тренинг», раздел «Активизаторы»). Движения героев сказок.

Тема 5: «Практикум по актерскому мастерству»

Практические занятия

Репетиционный период. Показ спектакля. Выступления коллектива. Концертные номера. Групповая работа над спектаклем (этюдами, концертными номерами) Практическое применение полученных знаний. Умение работать в коллективе, подчиняться общему режиму работы, проявлять инициативу. Умение работать в измененных обстоятельствах. Смена роли. Первое прочтение пьесы (постановочного материала). Второе прочтение. Распределение ролей. Работа над ролью (сценическое движение, сценическая пластика, характер). Работа на малой сцене. Работа на большой сцене. Репетиция по действиям (картинам). Подготовка костюмов. Групповые репетиции. Декорации. Музыкальное оформление спектакля. Музыкальные номера. Анализ спектакля. Анализ репетиции.

Индивидуальная работа над спектаклем (этюдами, концертными номерами) Органическое действие в условиях вымысла. Первое прочтение пьесы (постановочного материала). Работа над ролью (сценическое движение, сценическая пластика, характер). Парные репетиции. Сводные репетиции. Работа на малой сцене. Работа на большой сцене. Подготовка к роли. Репетиции картин. Музыкальные номера. Анализ роли. Анализ репетиции.

Тема 6. Итоговое занятие

Открытое занятие. Открытый показ. Обсуждение и анализ выступлений.

Календарный учебный график программы «Мюзикл»

Возрастные категории обучающихся	Сроки реализации программы	Количество учебных недель	Всего академических часов в год	Ко-во часов в неделю	Режим и продолжительность занятий
Группы обучающихся 5-7 лет	09.09.2024-31.05.2025	36 недель	36	1	1 раз в неделю; продолжительность одного занятия 30 минут

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение данной программы можно разделить на три главных направления.

Первое направление: упражнения и тренировки

Второе направление: практические занятия по актерскому мастерству (самостоятельные этюды и коллективные творческие работы)

Третье направление: сценическое движение. Изучение специальных упражнений, в основе которых бы была ритмика, пластика, мимика, постановка музыкальных номеров, сценических боев, элементы акробатики.

Преподаватель составляет карточку «Сценическое движение», где делает пометки, какие сценические движения в группе получаются, а какие нет.

Необходимо описывать методику выполнения упражнений для выхода на сцену.

Четвертое направление: концертные номера. Участие в концертных программах детей и педагога. Постановка концертных программ

В работе по программе необходимо использовать фильмотеку и разнообразный дидактический материал.

Методические рекомендации

Теоретической основой материала, служат учение Станиславского К.С. и интерпретация его идей. Условно систему Станиславского можно разделить на четыре основных раздела: **работа актера над собой; работа актера над ролью; вопросы режиссуры; эстетические основы системы.**

Необходимым условием обучения является создание оптимальных условий для формирования творческой, гармоничной личности, обеспечение каждому студийцу условий для широкого всестороннего развития. Несмотря на разную степень одаренности, учащихся существующие приемы и методы обучения позволяют развить даже незначительные задатки и способности ребенка.

Каждому педагогу следует ответственно и чутко подходить к работе с подростками, предварительно взвесив свои силы. Продуманность и тщательность в работе театрального педагога обуславливается ответственностью за судьбу подростков.

Базовый уровень особенно важен как для учащегося, так и для педагога. В этот период обучения происходит оценка способностей учащегося и выбирается методика дальнейшей работы с учеником.

Для преподавателя знакомство подростков с требованиями к театральному творчеству, воспитание стремления следовать им, формирование представлений об обязанностях артиста перед зрителями и высоком назначении искусства должны быть определяющими критериями при составлении плана каждого занятия, при выборе целей, задач и оценке результата.

Каждое занятие-задание-задача-требование-этюда может ненавязчиво стимулировать открытие воспитанниками ценности трудолюбия, пылливости, самостоятельности, требовательности к себе, совершенствования в технике, ответственности перед зрителями, повышения общего культурного уровня, театрального вкуса, культуры анализа театральных впечатлений.

Сущность актерского мастерства понимается нами как создание «образа действия» (Станиславский) на основе драматургии задания. На занятиях каждый студийец знакомится с сущностью исполнительского театрального творчества: с существованием языка действий, с выразительностью и содержательностью этого языка, с достижениями в пользовании им – и познает свои возможности в творчестве.

Опасностями в воспитании подростков посредством театрального искусства являются: небрежность в выполнении ими своих обязанностей; тривиальность, штампованность трактовки, решений исполнительских заданий.

Каждое подобное проявление должно вынуждать педагога вносить необходимые коррективы в учебно-воспитательную работу. Необходимо всеми силами обеспечивать их всесторонне развитие на базе повышения требовательности к уровню своих творческих достижений. Тщательность, аккуратность в выполнении всех работ и обязанностей – от

творческих до учебно-технических – важный навык, формируемый именно на начальном этапе становления творческой личности.

На протяжении 1 года обучения доминирующая ценность самостоятельности, самобытности, своеобразия личного подхода к решению творческих задач требует обостренного чуткого внимания педагога к поискам, находкам, предложениям учеников.

Последовательность распределения материала заключается в том, на базовом уровне ученики открыли для себя поведение (действие) как основной материал актерского мастерства, на элементарном уровне – выразительность и яркость поведения как основу выступления актера перед зрителем.

Особое внимание преподавателю следует уделить выбираемому репертуару. Потому в первую очередь следует обратить внимание на классическую русскую и мировую драматургию. К выбору современной детской драматургии следует подходить аккуратно, в большинстве своем она не профессиональна, низкопробна и непригодна для учебного спектакля.

Самое пристальное внимание необходимо уделять созданию атмосферы в группе. Для этого с первых дней занятия нужно установить определенные правила, которые должны соблюдаться неукоснительно. Необходимо постоянно помнить, что театр искусство коллективное, и результат зависит от всех.

Учащиеся вместе с преподавателем в течение всего периода обучения посещают театральные спектакли. Знакомятся с разными видами театров, разными театральными жанрами (кукольный, драмы, оперы и балета, и др.), рекомендуется так же посещать художественные выставки, музеи, знакомиться с образцами различных направлений музыки, что формирует театральный вкус, эстетические воззрения и помогает расти духовно.

Список литературы

Литература для педагога, детей и родителей

1. Алянский Ю. «Азбука театра». Л.: Детская литература, 1986.
2. Белинский В. Г « О драме и театре» (любое издание)
3. Гиппиус С.В. "Актерский тренинг. Гимнастика чувств" – СПб., 2008г.
4. Ершов М.П. "Технология актерского искусства" – 2-е изд. М. РОУ 1972г.
5. Захава Б.Е. "Мастерство актера и режиссера" - М. Искусство1987г. М. АСТ Спб 2009г.
6. Кипнис М. «Актерский тренинг. 128 лучших игр и упражнений для любого тренинга» М: АСТ; Спб 2009 г.
7. Кнебель М.О. "Поэзия педагогики" – М.1969г.
8. Когородский З.З. "Этюды и школа" – М. Искусство 1945г.
9. Кристи В. Г. "Воспитание актера школы Станиславского" – М. Искусство 1978г.
10. Лоза О. «Актерский тренинг по системе Станиславского» - М. 2009г.
11. Новицкая Л.П. "Тренинг и муштра" - М.1969г.
12. Савкова З. «Как сделать голос сценическим» М. Искусство – 1968г.
13. Станиславский К.С. "Работа актера над собой" - 1984г.
14. Страмов Ю.А. "Путь актера к творческому перевоплощению" - СПб1980г.
15. Топоркова В.О. "О технике актера"- М. 1991г.
16. Чехов. М.А. – Литературное наследие. 2 тома М 1986. Т.2 Об искусстве актера.
17. Шикматов Л.М. "Сценические этюды – М. Прогресс 1966г.
18. Элькяс Г.Я. "О пластическом тренинге актера" – М. Просвещение 1976г.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

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

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

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

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

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ГУБ

Улыбка – хоботок

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

Часы

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

«Веселый пяточок»:

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

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

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

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

Шторки

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

«в» - верхняя губа поднимается вверх;

«м» - возвращается на место;

«з» - нижняя губа опускается вниз.

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

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

УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ЯЗЫКА

Уколы

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

Змея

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

Зарядка для шеи и челюсти

1.

Наклонить голову то к правому, то к левому плечу, затем катать ее по спине и груди

«Удивленный бегемот»: отбросить резко вниз нижнюю челюсть, рот при этом открывается широко и свободно.

«Зевающая пантера»: нажать двумя руками на обе щеки в средней части и произносить «вау, вау, вау...», подражая голосу пантеры, резко опуская нижнюю челюсть широко открывая рот, затем зевнуть и потянуться.

«Горячая картошка»: положить в рот воображаемую горячую картофелину и сделать закрытый зевок (губы сомкнуты, мягкое небо поднято, гортань опущена).

Упражнения со звуками

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

«Я» (из упражнений Е. Ласкавой). Участнику становятся полукругом, и каждый, выходя к залу, прикладывает руку к груди, а затем, выбрасывает её вперёд с разворотом ладони кверху, произносит «я». Задача – послать звук вместе с рукой как можно дальше. Думаю, что не будет большой разницы, если вместо «я» будут произносятся буквы из треугольника.

«Звуки».

БАП-БОП-БУП-БЭП-БЫП-БИП

ТАТ-ТОТ-ТУТ-ТЭТ-ТЫТ-ТИТ

МАМ-МОМ-МУМ-МЭМ-МЫМ-МИМ

ПТКА-ПТКО-ПТКУ-ПТКЭ-ПТКЫ-ПТКИ

ПТКАПТ-ПТКОПТ-ПТКУПТ-ПТКЭПТ-ПТКЫПТ-ПТКИПТ

ПДГА-ПДГО-ПДГУ-ПДГЭ-ПДГЫ-ПДГИ

БДГАБДТ-БДГОБДТ-БДГУБДТ-БДГЭБДТ-БДЫБДТ-БДГИБДТ

«Чистоговорки»

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

СКОРОГОВОРКИ

Шила Саша Сашке шапку.

Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

Везёт Сенька Саньку с Сонькой на санках.

Шесть мышат в камышах шуршат.

Сыворотка из-под простокваши.

Оса уселась на носу, осу на сук я отнесу.

Шли сорок мышей, несли сорок грошей; две мыши поплоше несли по два гроша.

Мыши сушки засушили, мышки мышек пригласили, мышки сушки кушать стали, мышки зубки поломали!

Кукушка кукушонку купила капюшон.

Щетинка – у чушки, чешуя – у щучки.

Слишком много ножек у сороконожек.

Испугались медвежонка ёж с ежихой и ежонком.

Жук, над лужею жужжа, ждал до ужина ужа.

Жужжит над жимолостью жук, зелёный на жуке кожух.

Лежебока рыжий кот отлежал себе живот.

Наш Полкан попал в капкан.

От топота копыт пыль по полю летит.

Ткёт ткач ткани на платок Тане.

Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка бела губа была тупа.

Перепел перепёлку и перепелят в перелеске прятал от ребят.

Сшит колпак не по-колпаковски, вылит колокол не по-колоколовски. Надо колпак переколпаковать, перевыколпаковать; надо колокол переколоколовать, перевыколоколовать.

Клала Клара лук на полку, кликнула себе Николку.

Карл у Клары украл кораллы, а Клара у Карла украла кларнет.

На дворе – трава, на траве – дрова.
Три сороки – тараторки тараторили на горке.
Три сороки, три трещотки, потеряли по три щётки.
У калитки – маргаритки, подползли к ним три улитки.
По утрам мой брат Кирилл трёх крольчат травой кормил.
Мокрая погода размокропогодилась.
Полпогреба репы, полколпака гороха.
Кот ловил мышей и крыс, кролик лист капустный грыз.
Улов у Поликарпа – три карася, три карпа.
У Кондрата куртка коротковата.
Съел Валерик вареник, а Валюшка – ватрушку.
Пришёл Прокоп – кипел укроп, ушёл Прокоп – кипит укроп, как при Прокопе кипел укроп,
так и без Прокопа кипит укроп.
Король – орёл, орёл – король.
Турка курит трубку, курка клюёт крупку.
Собирала Маргарита маргаритки на горе. Растеряла Маргарита маргаритки на дворе.
Бобр добр для бобрят.
Гравер Гаврила выгравировал гравюру.
Орёл на горе, перо на орле. Орёл под пером, гора под орлом.
Повар Павел, повар Пётр. Павел парил, Пётр пёк.
В аквариуме у Харитона четыре рака да три тритона.
Еле-еле Лена ела, есть из лени не хотела.
Милая Мила мылась мылом.
Мы ели-ели линьков у ели... Их еле-еле у ели доели!
У четырёх черепашек по четыре черепашонка.
Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали.

Вёз корабль карамель,
Наскочил корабль на мель.
И матросы две недели
Карамель на мели ели.
Хохлатые хохотушки хохотом хохотали.
Из под пригорка, из под подвыподверта, зайчик приподвыподвернулся.

ДИАЛОГИЧЕСКИЕ СКОРОГОВОРКИ

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

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

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

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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

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

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

«Поклонение солнцу»

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

вдох – руки и голову поднять вверх;

выдох – наклон, руки ладонями упираются в пол;

вдох - левую руку отставить назад, голову поднять вверх;

выдох – нога возвращается на исходную позицию, голова опущена вниз;

вдох – выдох – повторить тоже самое с правой ноги;

вдох – выпрямить позвоночник, голову держать прямо;

выдох – ладони сложить домиком на уровне груди.

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

МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ.

Цель. Та же.

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

Осторожно – пузыри!

- Ой, какие!

- Ой, смотри!

- Раздуваются!

- Блестят!

- Отрываются!

- Летят!

- Мой – со сливу!

- Мой – с орех!

- Мой – не лопнул дольше всех.

УПРАЖНЕНИЯ НА ТРИ ВИДА ВЫДЫХАНИЯ.

Цель. Разогреть мышцы дыхательного аппарата.

1-й вид обслуживает спокойную, плавную звучащую речь.

Свистит ветер - ССССССС...

Шумят деревья - ШШШШШ...

Летит пчела - ЖЖЖЖЖ...

Комар звенит - ЗЗЗЗЗЗЗЗЗ...

2-й вид обслуживает волевою, но сдержанную речь.

Работает насос - ССССС! ССССС! ССССС!

Метёт метель - ШШШШШ! ШШШШШ! ШШШШШШШ!

Сверлит дрель - ЗЗЗЗЗ! ЗЗЗЗЗ! ЗЗЗЗЗ!

3-й вид обслуживает эмоциональную речь в быстром темпе.

Кошка сердится - Ф! Ф! Ф! Ф!

Пилит пила - С! С! С! С!

Заводится мотор - P! P! P! P!

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

МОТОЦИКЛ

Заводим мотор: P! P! P!... RRRR! RRRR! RRRR! Поехали быстрее и быстрее: RRRR! RRRR! RRRR!

Игры и упражнения на опору дыхания.

ДРЕССИРОВАННЫЕ СОБАКИ

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

ПТИЧИЙ ДВОР

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

ЭХО (по Н. Пикулевой)

В е д у щ и й Д е т и

Собирайся, детвора! Ра! Ра!

Начинается игра! Ра! Ра!

Да лошадок не жалеи! Лей! Лей!

Бей в ладошки веселей! Лей! Лей!

Сколько времени сейчас? Час! Час!

Сколько будет через час? Час! Час!

И неправда: будет два! Два! Два!

Дремлет ваша голова! Ва! Ва!

Как поёт в селе петух? Ух! Ух!

Да не филин, а петух? Ух! Ух!

Вы уверены, что так? Так! Так!

А на самом деле как? Как! Как!

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

РАЗВИТИЕ ДИАПАЗОНА ГОЛОСА

Этажи

Педагог выбирает мальчика, который задаёт самый низкий звук. Все остальные должны подстроиться к нему. Затем ведущий поднимает звук на одну ступеньку вверх, произнося слова: «Второй этаж». Все повторяют эти слова уже в новой «тональности». Третий этаж – ещё одна ступенька вверх. И так до пятого этажа. Затем дети при помощи голоса «спускаются» в «подвал». Это упражнение можно довести до 15 «этажей», но постепенно, по мере того как у ребёнка будет расширяться диапазон голоса.

Маляр

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

ИГРЫ «ВЕСЁЛЫЕ СТИХИ» ИЛИ «ЗАБАВНЫЕ СТИХИ»

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

Летний день

Ут-ут-ут-ут - на лугу цветы цветут,

Ют-ют-ют-ют - птички весело поют,

Ят-ят-ят-ят - злобно комары звенят,

Ит-ит-ит-ит - заяц под кустом сидит.

В лесу

Ёт-ёт-ёт-ёт - соловей в лесу поёт,

Ут-ут-ут-ут - у пенька грибы растут,
Ат-ат-ат-ат - под кустом ежи шуршат,
Ит-ит-ит-ит - дятел на сосне стучит.

В зоопарке

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

Творческие игры со словами.

ВОЛШЕБНАЯ КОРЗИНКА

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

Ход игры. Дети сидят в кругу; педагог, держит в руках корзинку, предлагает сложить в корзинку то, что можно встретить в лесу, или в саду, или в воздухе, или в море, или на грядке; то, что летает, или то, что ползает, и т.д. Дети могут самостоятельно придумать, где искать слово для волшебной корзинки. В подготовительной группе задания усложняются: например, сложить слова, имеющие отношения к музыке (нота, скрипичный ключ, регистр, ритм, песня и т.д.) или к театру (занавес, афиша, сцена, актёр, репетиция, антракт и т.п.) После этой игры легко перейти к театральным играм на «превращения».

ВКУСНЫЕ СЛОВА

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

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

СОЧИНИ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

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

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

СОЧИНИ СКАЗКУ

Цель. Развить воображение, фантазию, образное мышление.

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

ВОПРОС – ОТВЕТ

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

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

ПРИДУМАЙ ДИАЛОГ

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

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

РАССКАЖИ СКАЗКУ ОТ ИМЕНИ ГЕРОЯ,

или «МОЯ СКАЗКА»

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

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

ПОХОЖИЙ ХВОСТИК

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

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

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

ФАНТАЗИИ О...

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

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

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

РУЧНОЙ МЯЧ

Цель. Пополнить словарный запас, развивать быстроту реакции.

Ход игры. Ведущий поочерёдно бросает каждому ребёнку мяч, называя слово. Поймавший должен придумать своё слово:

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

Содержание раздела «Актерское мастерство»

Упражнения на:

Внимание

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

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

«Арифмометр». Участники садятся в одну линию. Каждый участник получает определенный числовой разряд (единицы. Десятки, сотни, тысячи и т.д.) Каждый разряд работает определенным образом: единицы встают-салятся, десятки приседают, сотни кланяются и т.д. Надо набрать число, определенное руководителем. Это упражнение можно использовать для отработки каких-то сложных элементов, например, шагов в фехтовании или защит.

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

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

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

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

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

«Испорченный телеграф». Все участники строятся в колонну друг за другом глядя в затылок, кроме одного, первого. Первый стоит ко всей колонне затылком, но лицом к руководителю или ведущему. Ведущий показывает действие (вставить нитку в иголку и пришить пуговицу, приколотить гвоздь молотком, нечаянно ударив по пальцу и т.д.) первому. Первый, после просмотра действия поворачивает к себе лицом соседа и показывает, то, что он запомнил. Второй повторяет запомнившиеся действия третьему и так до конца колонны. Затем последний показывает всем участникам то, что ему пришлось по телеграфу. Ведущий показывает настоящую версию действий.

«Хлопки». Эта серия состоит из семи упражнений, выстраиваемых по принципу нарастания сложности. В начале каждого упражнения руководитель задает темп, в котором будет проходить упражнение.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Понятие о малом, среднем и большом круге внимания.

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

Воображение

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

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

«Шкатулка». Участники стоят в кругу лицом к центру, руководитель в центре круга. Участники передают друг другу предмет, а руководитель диктует, какой предмет очередной участник принимает: шкатулка, жаба, драгоценное ожерелье, змея и т.д.

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

«Повтори фигуру». Все участники, кроме одного, выходят за дверь. Оставшийся занимает позу, в которой точно читается какое-то действие (пилит дрова, держит знамя) собирает грибы и т.д.) Входит следующий участник, осматривает позу, стараясь понять, что делает его товарищ. Звучит команда руководителя «Свободен». Первый участник садится, а второй повторяет позу первого. Входит третий и делает все то, что делал второй и т.д. В конце руководитель просит всех занять свои позы и, начиная с последнего, спрашивает, что человек делал.

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

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

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

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

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

Упражнения на развитие воображения для создания предлагаемых обстоятельств.

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

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

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

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

«Если Вы сказали слово и проделали что-либо на сцене механически, не зная, кто вы, откуда вы пришли, зачем, что вам нужно, куда пойдете отсюда и что там будете делать – вы

действовали без воображения, и этот кусочек вашего пребывания на сцене, мал он или велик, не был для вас правдой – вы действовали как заведенная машина, как автомат» (К.С.Станиславский, Собр.соч.-Т.2,- С.95).

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

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

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

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

Показываем предмет и предлагаем рассказать историю, связанную с ним.

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

Этюды «Я» в предлагаемых обстоятельствах.

Виды этюдов

Одиночный этюд как несколько расширенное упражнение на освоение простейшей жизненной ситуации (с определенной целью открыть дверь или переставить мебель), когда нужно освоить (понять и почувствовать) логику и последовательность малых физических действий в их непрерывной цепочке;

Одиночный этюд, вырастающий из упражнений на эмоциональные воспоминания, на физическое самочувствие;

Одиночный или парный этюд на действие с воображаемыми предметами – для воспитания чувства непрерывности, логически развивающегося действия;

Этюды типа «цирк». «Зверинец», имитация исполнительской манеры известных эстрадных певцов, выявляющие острую характерность и воспитывающие актерскую смелость;

Групповые этюды на воспитание импровизационного самочувствия или чувства мизансцены («Виден, слышен, не мешаю главному».)

Этюды

«Органическое молчание». Актеры взаимодействуют на сцене без возможности говорить. Невозможность говорить обеспечивается местом действия: читальный зал библиотеки, по разные стороны магазинной витрины, начальный период знакомства, шум на станции или в вагоне метро, зрительный зал театра, кинотеатра.

«Беспредметное действие». С воображаемыми предметами пришить пуговицу, поджарить яичницу, собрать чемодан и т.д. Особенно внимательно следить за тем, чтобы у актеров все время оставалось ощущение формы, объема, веса воображаемого предмета.

«Связи этюд». Даются три ничем не связанных между собой предмета, например, чемодан, иголка. Лампочка. Надо на них построить этюд. Причем эти же три слова являются единственными, которые можно произносить.

«Ожидание». Каждому участнику предлагается сыграть ожидание нескольких абсолютно разных вещей, например друга, поезда, пули. Остальные по этюду должны понять, когда какое

ожидание было. Сам же участник с помощью руководителя должен проследить, как менялось его внутреннее состояние в зависимости от объекта ожидания.

«Новый финал». Участники разбиваются на несколько групп. Каждая берет какой-то очень известный сюжет и пробует сделать другой финал. Причем сыграть его так, чтобы казалось, что ничего нового нет. Этот этюд необходим для того, чтобы актерам было легче отказываться от стереотипов и свободнее идти на новые нетривиальные решения там, где, казалось бы, все уже сто раз известно из тех же уроков литературы.

Этюды на общение в условиях оправданного молчания.

«На экзамене»

«У телефонной будке»

«Переезд на новую квартиру»

«В читальном зале»

«Туфли»

«Карикатура»

«Ссора»

Внимание – основа хорошего старта театральной карьеры

«Слушаем тишину»

Следующее упражнение – умение слушать тишину, нужно научиться направлять внимание на определенную часть внешнего пространства, постепенно расширяя границы:

- прислушаться к себе;
- слушать, что происходит в комнате;
- прислушаться к звукам во всем здании;
- распознать звуки на улице.

Упражнение «Тень»

Оно не только развивает внимание, но и учит осознано двигаться. Один человек медленно делает какие-либо беспредметные действия. Задача второго – максимально точно повторять все движения, стараться их предугадать, определить цель действий.

Пантомимы и инсценировки

Хороший актер умеет выразительно передавать эмоции словами и телом. Эти навыки помогут вовлечь в игру зрителя, донести до него в полной мере всю глубину театральной постановки.

Пантомима – особый вид сценического искусства, основанный на создании художественного образа посредством пластики, без использования слов.

- Лучшее упражнение, чтобы научиться пантомиме – **игра «крокодил»**. Цель игры – без слов показать предмет, фразу, чувство событие. Простая, но веселая игра прекрасно тренирует выразительность, развивает мышление, учит быстро принимать решения.
- **Инсценировка пословиц.** Цель упражнения – при помощи небольшой сценки показать известную пословицу или афоризм. Зритель должен понять смысл происходящего на сцене.
- **Игра в жесты** – при помощи невербальных символов актер может очень многое сказать на сцене. Для игры надо не менее 7 человек. Каждый придумывает себе жест, показывает его окружающим, затем показывает какой-нибудь чужой жест. Тот, чей жест показали, должен быстро повторить его сам, и показать следующий чужой жест. Кто сбился – выбывает из игры. Эта игра – комплексная, развивает внимание, учит работать в команде, улучшает пластику и координацию рук.

Упражнения для развития пластики

«Красим забор»

Хорошо развивает пластику кистей и рук упражнение «красим забор». Необходимо красить забор, используя кисти рук вместо кисточки.

Какие упражнения делают руки послушными:

- плавные волны от одного плеча к другому;
- невидимая стена – необходимо руками прикоснуться к невидимой поверхности, ощупывать ее;

- гребля невидимыми веслами;
- выкручивание белья;
- перетягивание невидимого каната.

«Собери по частям»

Более сложное задание – «собери по частям». Надо собрать по частям какой-нибудь сложный механизм – велосипед, вертолет, самолет, создать из досок лодку. Взять невидимую деталь, ощупать руками, показать размер, вес и форму. Зритель должен представлять, какая запчасть находится в руках у актера. Установить деталь – чем лучше пластика, тем быстрее зритель поймет, что собирает актер.

«Гладим животное»

Упражнение «гладим животное». Задача актера – погладить животное, взять его на руки, покормить, открыть и закрыть клетку. Зритель должен понимать – это пушистый заяц или скользкая, извивающаяся змея, маленькая мышка или большой слон.

Игра в жесты

В данную игру могут играть сразу 7–15 человек. Каждый участник придумывает себе жест, например: сделать рожки, хлопнуть в ладоши, почесать ухо и т. д. Игроки образуют круг, садятся, и упражнение начинается. Первый участник показывает свой жест, а затем жест другого игрока. Тот участник, чей жест был показан, должен его сразу же повторить и показать жест следующего игрока. Тот, кто сбился, выходит из игры. Победителей остается двое.

«Крокодил»

Для упражнения нужно минимум 4 человека. Участники делятся на две команды. Первая команда придумывает слово. Затем вызывается представитель из другой команды, ему говорят это слово. Его задача — объяснить игрокам своей команды данное слово посредством одних лишь жестов. Чтобы угадать слово, участники задают наводящие вопросы. Когда слово угадано, команды меняются местами.

«Попугай в клетке»

Когда подобную сценку исполняет профессионал, создается впечатление, что повторить ее довольно легко. Однако это не всегда так. Задача участника заключается в следующем:

- подойти к клетке (все предметы, в том числе и клетка, и попугай, — воображаемые);
- ощупать ее руками;
- переставить ее на другое место;
- подразнить птицу;
- найти дверцу, открыть ее;
- насыпать в ладонь зерна и покормить попугая;
- погладить его (попугай непременно должен укусить участника);
- отдернуть руку;
- закрыть клетку как можно быстрее;
- погрозить птице пальцем;
- снова переставить клетку.

Развитие координации

Актер должен обладать хорошей координацией. Этот навык позволяет выполнять сложные упражнения на сцене, выполнять несколько движений одновременно.

Упражнения на развитие координации:

- **Плаванье.** Вытянуть прямые руки параллельно полу. Одной рукой совершать круговые движения назад, другой – вперед. Двигать руками одновременно, периодически менять направление движений каждой руки.
- **Постучать — погладить.** Одну руку положить на голову и начать гладить. Другую руку поместить на живот, легко постукивать. Движения делать одновременно, не забывая менять руки.
- **Дирижер.** Руки вытянуть. Одна рука совершает движения вверх-вниз на 2 такта. Другая – совершает произвольные движения на 3 такта. Или рисует геометрическую фигуру. Действовать обеими руками одновременно, периодически менять руки.

- **Путаница.** Вытянуть одну руку, прямой рукой совершать круговые движения по часовой стрелке, при этом одновременно вращать кистью в другом направлении.

Эти упражнения первое время выполнять непросто. Но постоянная практика дает результаты. Каждое упражнение стоит повторять не менее 10 раз каждый день.

Упражнения для раскрепощения и снятия мышечных зажимов

Упражнения для раскрепощения и снятия телесных зажимов должны быть неотъемлемой частью каждого занятия по актерскому мастерству. Освобождение от мышечных (телесных зажимов) согласно теоретическим положениям телесно-ориентированной психотерапии, являются одним из косвенных путей к освобождению от психологических зажимов. Такие упражнения являются разогревающими и должны даваться в начале занятия.

Марионетки

Каждый участник представляет, что он кукла-марионетка, которую после выступления повесили в шкаф на гвоздик. Нужно представить, что вы подвешены за различные части тела: за шею, палец, ухо, руку, плечо. При этом тело должно быть зафиксировано только в этой точке, а все остальное – расслаблено и болтается. Упражнение можно выполнять в произвольном темпе с закрытыми или открытыми глазами. Педагог должен следить за степенью расслабления учеников.

Зажимы по кругу

Участники идут по кругу и по команде педагога напрягают правую руку, правую ногу, левую руку, левую ногу, поясницу, обе ноги, все тело. Напряжение в заданном участке тела должно быть сначала слабым и постепенно нарастать до предела. В состоянии предельного напряжения участники должны идти 15-20 секунд, потом по команде педагога нужно полностью сбросить напряжение, то есть расслабить напряженный участок тела целиком.

Пластилиновые куклы

Это упражнение состоит из 3-х этапов, в ходе него учащиеся должны превратиться в пластилиновых кукол. По первому хлопку педагога ученик должен стать пластилиновой куклой, которую долго хранили в холодном месте, в связи с чем пластилин утратил пластичность и мягкость, он жесток и тверд. Второй хлопок педагога означает начало работы с куклами. Педагог должен менять позы кукол, а учащиеся должны помнить, что застывшая форма кукол осложняет его работу, он должен почувствовать, что материал (пластилин) сопротивляется. По третьему хлопку начинается последний этап упражнения. Представляем себе, что в помещении с находящимися в нем застывшими пластилиновыми куклами вдруг одновременно включили множество отопительных приборов. Куклы размягчаются. Учтите, что это процесс, а не мгновенное перевоплощение. В первую очередь должны оплывать те части тела кукол, на которые ушло меньше пластилина – пальцы, шея, руки, затем ноги. В заключительной части упражнения куклы «стекают» на пол, превращаясь в бесформенную пластилиновую массу, что является абсолютным мышечным расслаблением.

Упражнения по развитию чуткости и интуиции

Первое, чем должен заняться человек, желающий стать режиссером, сценаристом или актером, это развитием наблюдательности.

Чтобы наполнить жизнью вымышленного персонажа, надо научиться видеть внутренний мир реальных людей. Это достигается с помощью тренинга наблюдения.

В этом процессе мы имеем дело с самым тончайшим вниманием почти на уровне подсознания, который в последствии станет основой для создания живых человеческих образов в вашем творчестве.

Упражнение 1:

Понаблюдайте за людьми на улице, постарайтесь по выражению лиц, позе, жестам угадать состояние, в котором они находятся. Представьте, как изменился бы внутренний мир человека, если бы с ним случилась нечаянная радость, или постигла внезапная беда.

Многие невидимые душевные переживания отражаются в мимике, в глазах, в голосе, в речи. Даже если человек прячет свои переживания, мы на основе микрожестов его физического существования способны считать правду. Но это возможно лишь при достаточно развитой чуткости и интуиции.

Но, так или иначе, внутренний мир наблюдаемого прорывается через его поступки, мысли, способы преодоления препятствий. Следите за этими проявлениями очень внимательно. Спрашивайте себя: Почему человек поступил так, а не иначе? Что у него было в мыслях? Под влиянием чего могло измениться его первоначальное намерение?

Старайтесь понять склад души человека и пытайтесь вывести из этого собственное заключение, как можно ярче характеризующее ваше впечатление от личности человека.