

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 1»

РАССМОТРЕНО

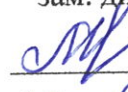
на заседании кафедры

 руководитель

«29» августа 2022г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

 С.Ю.Морозова

«30» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ

директор

 Н.Ю. Евтинова

2022г.



Рабочая программа

кружка

**«Основы актерского мастерства»**

для обучающихся 8-10 классов

ФИО учителя: **Базарова Наталья Валерьевна**

**учитель русского языка и литературы,**

**первая квалификационная категория**

г. Торжок

2022

## **ВВЕДЕНИЕ**

### **Рабочая программа кружка разработана**

#### **в соответствии с нормативными документами:**

- Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 года №273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 апреля 2001 года № 03-255 «О введении ФГОС ООО»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 №1577 «О внесении изменений в ФГОС основного общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 №1897»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 24 декабря 2014 г. N 1644 "О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 №1578 «О внесении изменений в ФГОС среднего общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки РФ от 17.05.2012 №413»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ и Профсоюза работников народного образования и науки РФ от 16 мая 2016 г. N НТ-664/08/269;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017г. №09-1672 «О направлении методических рекомендаций»;

Программа кружка «Основы актерского мастерства» разработана на основе авторского пособия:

- Учебно-методическое пособие, практикум «Основы актерского мастерства», М.: 2022 – Стасюк В.В., Марченко Г.В., Силина М.Г.

Программа рассчитана на 34 часа в год (из расчета 1 час в неделю) с 8 по 11 классы.

Искусство театра оказывает огромное воздействие на духовное развитие личности, ее самореализацию и социокультурную интеграцию. Включение искусства театра в учебно-воспитательный процесс школы – это действительная потребность развития современной системы образования, которая переходит от эпизодического присутствия театра в школе к системному моделированию его образовательной функции. Важно, чтобы в каждом образовательном учреждении был организован детский театральный коллектив. Стремление к игре, к актерству присуще всем детям. Потребность ребенка в игровом поведении, способность «входить» в придуманные только им предлагаемые обстоятельства обусловлены особым видением мира. А как известно, где есть игра, там есть и творчество. Занятия театральной деятельностью способствуют развитию фантазии, воображения, памяти ребенка, учат передавать различные эмоциональные состояния. В процессе освоения театральных средств выразительности обогащается словарный запас, формируется звуковая культура речи, навыки связной речи, расширяется ее интонационный диапазон. Занятия в театральной студии не только развивают творческие способности ребенка, но и формируют коммуникативные качества, его систему ценностей в человеческом общении. Работая в группе, ребенок осознает свою значимость в коллективе, воспитывает в себе чувство ответственности, развивает в себе лидерские качества, расширяет кругозор.

**Цель:** – формирование поликультурной среды, способствующей всестороннему развитию личности, приобщению учащихся к общечеловеческим ценностям посредством стимулирования развития школьных театров в образовательных организациях.

**Ожидаемые результаты.**

В результате изучения программы учащиеся:

- приобретают навыки работы в коллективе и умение взаимодействовать с партнером;
- приобретают первичные навыки актерского искусства, начальное понимание особенностей театрального искусства и их социальной роли, т.е. значение в жизни человека и общества;
- учатся анализировать поставленные актерские задачи, приобретают знания в области театральных деятелей, учатся активно использовать театральные термины и понятия;
- приобретают навыки общения через выражение сценического действия, выражение эмоционального состояния, своего отношения к творческой театральной деятельности, а также при восприятии театральных постановок и творчества своих сверстников;
- приобретают знания о роли актера в различных сферах жизнедеятельности человека;
- приобретают навыки бессловесного действия.
- приобретают первичные навыки в области режиссуры и работы над спектаклем, инсценировкой, зримой песни, зримых стихов, этюдов.

**Предметный результат** – в совершенстве владеют основами сценического действия.

**Личностный результат** – урегулирована самооценка, приобретен навык раскрепощенности, уверенности.

**Метапредметные результаты:**

**Коммуникативный** – развитие ораторских способностей, умение свободно общаться со сверстниками и взрослыми людьми.

**Регулятивный** – умение четко выполнять актерские задачи, самостоятельно работать над ролью, образом, умение самостоятельно организовывать репетиционный процесс.

**Познавательный** – способность анализировать драматургический материал, способность находить информацию в качестве идеи постановки.

**Содержание**

## **1. Внимание**

**«Геометрические фигуры».** Найти удобное положение на площадке, чтобы все ученики видели педагога, никто не прятался, и все могли видеть друг друга. Для этого упражнения необходимы будут стулья (на точное количество учащихся). В игровой форме выстраиваем различные геометрические фигуры и проверяем, видим ли мы друг друга. Итог - выстроить полукруг перед педагогом.

**«Встать – Сесть».** Необходимо по сигналу педагога всем одновременно встать и одновременно сесть. Для того, чтобы выполнить это упражнение, необходимо держать ровную осанку, правильное положение рук и ног.

**«Полет».** Необходимо определить, кто внимателен, а кто нет. Если педагог называет что-нибудь летающее, например – «Бабочка», все поднимают руки вверх и хором отвечают: «Летает». Если педагог называет нелетающее животное, все молчат, либо топают ногами. Затем можно спрашивать о предметах различной формы (круглый, квадратный) и так далее.

**«Цвет».** Посмотрите на своих друзей и обратите внимание на цвет волос каждого. Необходимо поменяться так, чтобы ученик с самыми светлыми волосами сидел крайний справа. Рядом с ним должен сидеть ребенок с волосами потемнее. А крайний слева – ребенок с самыми темными волосами. Упражнение выполняется в тишине.

**«Светофор».** Педагог имеет три листа бумаги (разных цветов). Когда показывает зеленый цвет – ученики начинают шипеть, лаять или каркать, как вороны. На желтый сигнал все замирают, на красный – начинают топтать ножками.

**«Музыкальная пауза».** Педагог включает веселую музыку, а ученикам во время игры необходимо перейти на другую сторону площадки. Но идти нужно строго друг за другом. Как только музыка останавливается, ученики кладут правую руку на плечо впереди стоящему соседу и замирают в полной тишине.

**«Бесшумный переход».** Необходимо встать со своих мест и бесшумно организовать две дуги по обе стороны от стола преподавателя на счет 5

(сохраняя принцип «я вижу всех – меня видят все»), а на счет 25 вернуться на свои места.

**«Ответ» – «Привет».** Учащиеся по очереди отвечают хлопком на хлопок педагога. Как только вместо хлопка педагог топает ногой, ученики должны дружно хлопнуть в ладоши.

**«Мяч в мяч».** Школьники становятся в круг и под ритм педагога начинают перебрасывать теннисный мячик друг другу. Как только педагог хлопает в ладоши, ученикам необходимо всем вместе поднять правую руку вверх.

**«Мячик и число».** Кидая мяч ученику, педагог называет число. Ученику необходимо, поймав мяч, назвать число на единицу больше. Затем, назвав нужное число, ученику нужно бросить мяч следующему, который должен поймать мяч и тоже назвать число на единицу больше. Это очень сложное упражнение, как правило, требует серьезной подготовки.

**«Земля и Воздух».** Ученики становятся в круг и начинают перебрасывать друг другу в разных направлениях белый и черный мяч. Поймав белый мячик, ученик называет животное, связанное с небом (журавль, воробей).

Ученик, который поймал черный мяч, называет земное животное.

**«Охотник и носорог».** Выбираем одного ученика, который будет носорогом, и отправляем его «спать». Остальные «охотники» должны бесшумно подойти к «носорогу» и положить ему на спину монетку. Задача состоит в том, чтобы как можно тише подойти и не разбудить «носорога», а «носорог» очень внимательно слушает и, если вдруг услышит кого-то, – просыпается.

**«Раз – хлопок, два – хлопок...».** Педагог предлагает ребятам сыграть в игру. Один хлопок – все встают, два хлопка – обходят стул, три хлопка – прыгают на месте и так далее.

**«Запомни нас».** Раскладываем на столе 5 предметов в определенной последовательности. Ученики смотрят и запоминают. Затем меняем их порядок и просим воссоздать исходный вариант.

**«Шахматы».** Все стоят в шахматном порядке. Один ученик запоминает, затем отворачивается. Педагог меняет всех местами, ученику необходимо вернуть всех в исходное положение.

**«Скульптуры».** На «раз, два, три» ученики принимают позы. Один запоминает все позы (педагог считает до 10). Затем отворачивается. Педагог меняет некоторое положение тела учеников (у трех или не меняет). Затем нужно вернуть все скульптуры в первоначальное положение.

**«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.

**«Пишущая машинка».** 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.

**«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.

**«Теплоходы SOS».** 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. Первый участник стоит ко всей колонне затылком, но лицом к руководителю или ведущему. Ведущий показывает действие первому (вставить нитку в иголку и пришить пуговицу, приколотить гвоздь молотком, нечаянно ударив по пальцу и т.д.). Первый после просмотра действия поворачивает к себе лицом соседа и показывает, то, что он запомнил. Второй повторяет запомнившиеся действия третьему и так до конца колонны. Затем последний показывает всем участникам то, что ему пришло по телеграфу. Ведущий показывает настоящую версию действий.

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

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

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

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

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, наблюдая 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 смотрит 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.

**«Малый, средний и большой круги внимания»** Участнику предлагается сесть на сцене за столик. На стол кладется предмет (книга). Этот предмет является «объектом-точкой». Стол – малый круг внимания, стулья – средний круг 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»).

## 2. Память

**«Путь в школу и домой».** Участники сидят в (полу)круге, 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, брелоки, заколки и т.п.). Затем участники делятся на две команды. Одна команда раскладывает предметы на столе, потом подходит другая команда и пытается запомнить расположение предметов и отходит. После этого 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.

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

### **3. Воображение.**

**«Ходьба».** Участники становятся в круг в затылок друг другу и идут по кругу. Руководитель командует, в какой среде они идут: по болоту, по снегу босиком, по воде по щиколотку, по колено, по пояс, по грудь, по шейку. Затем движение 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 круге 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.

**«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.

**«Рассказ по картинке».** Каждому ученику раздается открытка – репродукция картин (пейзажи, жанровые сцены). Ребята рассказывают, что они видят на данной картинке.

**«Поймай котенка или перекасти мяч».** Ребята по хлопку педагога застывают в разных позах, а затем начинают оправдывать свои позы, выполняя поставленную задачу педагога.

**«Перейти лужу».** Ученики разбиваются по парам и, пользуясь воображаемой дощечкой, помогают друг другу перебраться на другую сторону.

#### **4. Фантазия**

**«Мой любимец».** Участникам предлагается вспомнить своего домашнего питомца (домашнее животное) и изобразить его характер. 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.

**«Пристройка».** Участники сидят в зале. Встает первый актер 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.

**«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.

**«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.

**«Яблоко раздора».** Показываем предмет и предлагаем рассказать историю, связанную с ним.

## **5. Мышечная свобода**

**«Упражнения на память физических действий и ощущений (ПФД)».** С воображаемыми предметами пришить пуговицу, поджарить яичницу, собрать чемодан и т.д. Особенно внимательно следить за тем, чтобы у обучающихся все время оставалось ощущение формы, объема, веса воображаемого предмета, а также непрерывности и подробности жизненного процесса. Это упражнение имеет особое значение в закладывании основного принципа сценической игры – непрерывного актерского существования в поставленной задаче.

**«Зима-Лето».** Начинаем изучать мышцы своего тела: сидя на стуле, напрягаем мизинец, пальцы на руке, а локоть и плечо расслабляем, для этого необходимо ими двигать. Затем задействуем другие части тела. Эти упражнения облачаем в игровую форму: «Мы с вами на северном полюсе, наступает мороз, и наши пальчики замерзают и так далее. Затем появилось солнышко и наши ручки согреваются» и т.д.

**«Хлопки».** По хлопку педагога ученики начинают перемещаться по залу, два хлопка – происходит напряжение ноги, три хлопка – руки, один хлопок – расслабили мышцы.

**«Животные».** Педагог с учениками придумывают разных животных. По хлопку педагога ученики принимают позы этих животных, преподаватель проверяет выполнение задания и излишнюю напряженность.

**«Войти, поздороваться, представиться».** Упражнение выполняется детьми по очереди. Педагог определяет, где была излишняя скованность и напряженность.

**«Крутим колеса».** Указательными пальцами чертим воображаемые колеса в воздухе. Одно – по часовой стрелке, другое – против.

**«Координация рук».** Одной рукой гладим себя по животу, другой – хлопаем по голове.

**«Насос и резиновая игрушка».** Один ученик изображает резиновую игрушку, второй – насос. Необходимо накачать игрушку воздухом.

## **6. ПЕРЕМЕНА ОТНОШЕНИЯ (К ПРЕДМЕТУ, МЕСТУ ДЕЙСТВИЯ, К ПАРТНЕРУ)**

**«Шкатулка».** Участники стоят в круге 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.

**«Где я?»** Участники тащат из шапки листочки с написанными местами действия (гора, лес, пляж, детская площадка, гараж, пещера и т.д.). Затем каждый по очереди делает себе на сценической площадке подходящую ему выгородку из подручных средств (ширм, кубов, скамеек, стульев) и играет, как

будто он впервые оказался в этом месте. Остальные угадывают — где он. От того, насколько подробно участник существует, зависит, насколько легко остальные догадаются о его месте действия.

## **6. ФИЗИЧЕСКОЕ САМОЧУВСТВИЕ**

Упражнения тренируют память кожных и внутренностных (интероцептивных) ощущений, которые тоже определяют физическое самочувствие человека.

■ Вспомните, как у вас болел зуб, как вы мучались и, наконец, не выдержав, героически отправились к стоматологу.

■ Вспомните, как, где и чем вы порезали руку или ногу, как смачивали рану йодом, забинтовывали ее.

■ Вспомните, как вам попала в глаз соринка, когда вы стояли у раскрытого окна идущего поезда. Вспомните, как вы пытались избавиться от нее, как долго она мешала вам, и как болел глаз.

■ Вспомните, как вы, больной, лежали с высокой температурой.

■ Вспомните, как вы упали и больно расшиблись.

■ Вспомните, как в один из особенно жарких дней вас томила жажда, как пересыхает рот, как вы, наконец, добрались до воды и пили.

■ Вспомните, как вы обожглись.

■ Вспомните, как вы чем-либо отравились, какие рези были в желудке.

■ Вспомните, как вы запыхались, когда пришлось долго бежать.

«Разминка». Сидя в полукруге, путем чувственных воспоминаний, дети выполняют задание педагога: «Температура + 5, +10, +30, -5, -10 и т.д. Мы находимся на высоте 2 метров, 5 метров и т.д.»

**«Разная голова».** Медленно поднимаем голову (голова – воздушный шар, голова – тяжелая, голова как подушка).

**«Люди – Волшебники».** Превращаемся в снеговиков, в железных людей-роботов, людей-черепашек и так далее.

**«Фантастический переход».** Мы попадаем в темный лес, затем идет снег и появляются сугробы. Идем босиком по острым камушкам, вдруг снова идет снег, и мы оказались на льду, а затем проваливаемся в болото и т.д.

**«Повар и поварята».** Задание первой половине группы: Вы – повара. Предлагается каждому любое из трех дел: тереть на терке хрен, резать белый лук колечками, приготавливать горчицу, растирать ее. На реальный стол поставьте воображаемые кухонные предметы, какие вам нужны, и действуйте так, чтобы поварятам было ясно, как нужно работать.

Другой половине группы: Вы – поварята. Вы еще не умеете ни лук резать, ни хрен тереть, ни горчицу готовить. Учитесь. Внимательно наблюдайте, как это делают повара, не пропускайте ни одного движения, запоминайте их последовательность. Пусть непрерывно работает ваша зрительная память и все виды памяти чувствований. Слезы текут? Иначе и быть не может – лук режете!

– Теперь пусть поварята работают, а повара следят и указывают на их ошибки.

Такое деление группы на действующих и следящих за действием полезно делать во многих упражнениях, не только в этом. Активное наблюдение за воображаемым действием сходно с самим воображаемым действием. И у действующих, и у следящих за действием тренируются одни и те же механизмы психотехники. Кроме того, здесь есть взаимосвязь с партнером через воображаемый предмет.

**«Конвейер».** Ученики сидят в кругу. Педагог называет какой-нибудь воображаемый предмет, например: «У вас котенок!». Нужно передавать

воображаемого котенка по кругу так, как если бы он был живым, используя все известные ученикам виды памяти чувствований. Надо видеть котенка на экране внутреннего зрения, слышать его мяуканье, ощущать пальцами, какой он теплый, пушистый, мягкий, легкий.

– Еще до того, как вы получите котенка, вспомните все, что связано с этим живым существом в вашей памяти (зрительной, осязательной, слуховой). Когда вы получили котенка, проверяйте свои воспоминания, действуя так, как если бы в ваших руках был котенок. Передали его дальше, а сами продолжайте вспоминать испытанные сейчас ощущения, продолжайте действовать с котенком, но уже мысленно.

– Ничего не изображайте для руководителя, не старайтесь нас убедить, что это прелестный котенок. Действуйте логично и последовательно.

– Хорошо ли вы представляете себе котенка в ваших руках? Расскажите, какой он, какого цвета его шерстка. Рассказывая, действуйте, играйте с ним.

– Почему вы передаете котенка? У каждого должна быть своя причина и своя цель. Не зная цели действия, нельзя действовать.

**«Это не книга».** По конвейеру пускается какая-нибудь книга. Что она обозначает, придумывает каждый учащийся:

– Это шляпа.

– Это змея.

– Это торт.

– Это мина.

– Это клетка с канарейкой.

Получив названный предмет, ученик соответственно действует с ним, тренирует память чувствований, а затем передает соседу, придумывая и объявляя другое обозначение предмета.

## **8. ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА**

**«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». Не обязательно это должно быть 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 буфетчица и т.д. Особенность этого этюда в том, что всем некогда. Во втором варианте поменяйте предлагаемые условия: очередь за молоком в каникулы. И сравните насколько иной будет атмосфера общения.

**«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.

**«Свяжи этюд».** Даются три ничем не связанных между собой предмета, например, чемодан, иголка, лампочка. Надо на них построить этюд.

## **9. ОЦЕНКА ФАКТА**

**«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.). Может быть, известие абстрактное (страшно вскрыть конверт, неизвестно, что там; хочется поскорее открыть, любопытно, что там, но нечем), комбинация этих вариантов.

**«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.

## **10. Сценическое общение.**

**«На экзамене».** Экзамен по математике. Преподаватель за столом. Экзаменующиеся сидят поодиночке, и их парты отставлены далеко друг от

друга. Остались только три девушки. Две решили задачу, но задерживаются нарочно, потому что третья, их подруга, явно не может решить задачи. Они пробуют подбросить ей шпаргалку, но та желает решить задачу самостоятельно, не прибегая к обману. Наконец, задача решена самостоятельно. (Оправдание молчания — обстановка экзамена).

**«У телефонной будки».** Девушка болтает по телефону в будке телефона-автомата. Подбегает молодой человек. Ему надо срочно позвонить по телефону, и он с нетерпением ждет, когда пройдут положенные три минуты разговора. Затем начинает стучать в дверь будки. Девушка увлечена разговором и возмущена его вмешательством. Молодой человек теряет терпение и требует прекратить разговор. Девушке приходится уступить его требованию.

**«Переезд на новую квартиру».** Ребенок спит. Родители переезжают на новую квартиру. Пришла машина, и начинается осторожный вынос вещей, очень тихо, молча, чтобы не разбудить ребенка. Почти все вещи вынесены, и родители прощаются со старой квартирой. Затем осторожно уносят спящего ребенка.

**«В читальном зале».** Читальный зал библиотеки. За столом занимаются две девушки. Входит молодой человек, знакомый одной из девушек, и садится за этот же стол. Девушка на него обижена и намеренно его «не видит». Молодой человек растерян и пытается привлечь ее внимание, но это ему не удается. Подруга незаметно наблюдает за обоими. Молодой человек пишет записку, кладет ее перед обиженной девушкой и выходит из зала. Девушка не хочет читать записку, но подруга заставляет ее прочесть и уговаривает (без слов) выслушать объяснения молодого человека. Девушка идет к нему для решительного объяснения.

**«Туфли».** Две подруги поссорились. Одна подруга, читая книгу, готовится к зачету. Вторая прибегает, она очень торопится, осталось мало времени, а у нее

билет в театр. В спешке сборов вторая ломает каблук и не может уйти. Первая сжалась над ней и молча отдала свои выходные туфли. Примирение состоялось, и довольная студентка умчалась в театр.

**«Карикатура».** Три молодых художника срисовывают в классе голову Аполлона. Преподаватель наблюдает за их работой и изредка что-то поправляет в рисунке. Затем садится за столик и читает книгу. Один из учащихся начинает рисовать карикатуру на преподавателя. Другой замечает, что его товарищ нарисовал карикатуру, и просит показать ее ему.

**«Ссора».** В учебном лагере два товарища поссорились и не разговаривают. Один из них возвращается и начинает заниматься. Ему нужна книга, которая есть у соседа по комнате. После некоторого колебания он ее берет и начинает читать, вынув вложенный в нее листок. Слышны шаги соседа. Он быстро кладет книгу на место, не успев вложить листок, и ложится на кровать, делая вид, что уснул. Сосед видит, что из книги вынут листок. Он понимает, что книга нужна первому для занятий, кладет ее на стол и уходит. Первый, незаметно наблюдавший за соседом, берет книгу и, когда сосед возвращается, мирится с ним.

**«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.

#### Календарно – тематическое планирование

| №  | Тема занятия                                                               | Кол-во часов |
|----|----------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1. | <b>Вводное занятие.</b>                                                    | 1            |
| 2. | <b>Внимание.</b> Игры: «Геометрические фигуры», «Встать – Сесть», «Полет». | 1            |
| 3. | <b>Внимание.</b> Игры: «Цвет», «Светофор», «Музыкальная пауза»             | 1            |

|     |                                                                                                       |   |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 4.  | <b>Внимание.</b> Игры: «Бесшумный переход», «Ответ-Привет», «Мяч в мяч»                               | 1 |
| 5.  | <b>Внимание.</b> Игры: «Мячик и число», «Земля и воздух», «Охотник и носорог»                         | 1 |
| 6.  | <b>Внимание.</b> Игры: «Раз хлопок, два хлопок», «Запомни нас», «Шахматы»                             | 1 |
| 7.  | <b>Внимание.</b> Игры: «Скульптуры», «Арифмометр», «Пишущая машинка»                                  | 1 |
| 8.  | <b>Внимание.</b> Игры: «Мешаем читать», «Прочитай письмо», «Теплоходы СОС»                            | 1 |
| 9.  | <b>Внимание.</b> Игры: «Испорченный телеграф», «Хлопки», «Отстающие движения»                         | 1 |
| 10. | <b>Внимание.</b> Игры: «Зеркало», «Тень», «Проводник»                                                 | 1 |
| 11. | <b>Внимание.</b> Игры: «Режиссер и актер», «Узлы и актеры», «Малый, средний и большой круги внимания» | 1 |
| 12. | <b>Память.</b> Игры: «Путь в школу и домой», «Расклад предметов»                                      | 1 |
| 13. | <b>Память.</b> Игры: «Кто как одет», «Повтори фигуру»                                                 | 1 |
| 14. | <b>Воображение.</b> Игры: «Ходьба», «Оркестр», «Рассказ по картинке»                                  | 1 |
| 15. | <b>Воображение.</b> Игры: «Оправдание позы», «Поймай котенка или перекажи мяч»                        | 1 |
| 16. | <b>Фантазия.</b> Игры: «Мой любимец», «Зоопарк», «Цирк»                                               | 1 |
| 17. | <b>Фантазия.</b> Игры: «Пристройка», «Сочини историю», «Групповой рассказ», «Яблоко раздора»          | 1 |
| 18. | <b>Мышечная свобода.</b> Игры: «Зима-лето», «Хлопки», «Животные»                                      | 1 |
| 19. | <b>Мышечная свобода.</b> Игры: «Войти, поздороваться, представиться», «Крутим колеса».                | 1 |
| 20. | <b>Мышечная свобода.</b> Игры: «Координация рук», «Насос и резиновая игрушка».                        | 1 |
| 21. | <b>Перемена и отношения.</b> Игры: «Шкатулка», «Где я?»                                               | 1 |
| 22. | <b>Физическое самочувствие. Ситуации</b>                                                              | 1 |
| 23. | <b>Физическое самочувствие. Ситуации</b>                                                              | 1 |

|     |                                                                                                 |   |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 24. | <b>Физическое самочувствие.</b> Игры: «Разминка», «Разная голова», «Люди – Волшебники».         | 1 |
| 25. | <b>Физическое самочувствие.</b> Игры: «Фантастический переход», «Повар и поварята»,             | 1 |
| 26. | <b>Физическое самочувствие.</b> Игры: «Конвейер», «Это не книга»                                | 1 |
| 27. | <b>Предлагаемые обстоятельства:</b> «Новичок в классе», «Знакомство в метро», «Очередь»,        | 1 |
| 28. | <b>Предлагаемые обстоятельства:</b> «Оправдание позы» «Оправдание места действия», «Свяжи этюд» | 1 |
| 29. | <b>Оценка факта:</b> «Письмо», «Ожидание»                                                       | 1 |
| 30. | <b>Сценическое общение:</b> «На экзамене», «У телефонной будки»                                 | 1 |
| 31. | <b>Сценическое общение:</b> «Переезд на новую квартиру», «Новый финал»                          | 1 |
| 32. | <b>Сценическое общение:</b> «В читальном зале», «Туфли»,                                        | 1 |
| 33. | <b>Сценическое общение:</b> «Карикатура», «Ссора»                                               | 1 |
| 34. | <b>Итоговое занятие.</b>                                                                        | 1 |