

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №4 г. Михайловска

«Игры, упражнения, этюды».

Сборник практических игр, заданий на внимания,
воображение, фантазию и освобождение мышц
в группах детей 7 – 13 лет.

**учитель-дефектолог,
педагог дополнительного образования,
руководитель театральной студии «Детский театр»
МКОУ СОШ №4 г. Михайловска
Минхайдарова Наталья Николаевна**

2025 год

Введение.

В настоящее время существует немало сборников с упражнениями и пособий по театральным тренингам. Почти все они рассчитаны на взрослых людей - студентов театральных учебных заведений.

Настоящее методическое пособие «Игры, упражнения, этюды», является результатом опыта педагогической и творческой работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Наблюдая за тем, как уже существующие пособия могут применяться в занятиях с детьми, мне хотелось сделать их более доступными для работы над развитием познавательных процессов у детей и обучения навыкам сценического мастерства в детском театральном коллективе.

Исследуя достижения русских театральных педагогов, я использую практику профессиональной театральной школы, опыт педагогов и психологов в области развивающих игр, психотренинга и психогимнастики.

В разделе «Сценическое внимание» наряду со специальными упражнениями, разработанными С.В.Гиппиус, тренирующими сценическое внимание: зрительное, слуховое, двигательное, механизмы его переключения, предлагаю простые и доступные детские игры и задания, способствующие развитию объёма внимания, умению сосредоточиться.

В разделе «Освобождение мышц» применяю упражнения психогимнастики Чистяковой М.И. для младших ребят с целью освобождения от мышечного зажима до ощущения полной свободы мышц, необходимых для полноценного участия тела в творческом процессе.

Для развития творческого воображения и фантазии с детьми младшего возраста считаю оптимальным использование «Грамматики фантазии» Джанни Родари, а также специальные театральные упражнения и обязательно самостоятельные этюды-импровизации студийцев.

Все упражнения основаны на детской потребности в игре, совпадающей с игровой природой театра, тщательно отобраны, отработаны с учётом детской возрастной психологии, апробированы в процессе практических театральных занятий.

Овладение сценическим мастерством предполагает работу не над отдельными элементами, а в комплексе. Театр – искусство живого человека – актёра-творца и поэтому не может существовать внимание отдельно от мышечной свободы тела, фантазия без чувств, эмоциональная память без воображения. Например, работая над сценическим вниманием, мы в тоже время развиваем и эмоциональную память, и воображение, и логику действия. Любое задание из «Сборника» должно использоваться творчески, в условиях импровизации в зависимости от ситуации, целей и задач урока.

Предлагаемое методическое пособие может использоваться как в театральных коллективах, так и в творческих объединениях других

направлений. Считаю, что необходимо ежедневное живое, совместное творчество ученика и педагога. Важно не просто предложить задание, а дать возможность оценить ребёнку: что произошло со мной, что изменилось.

Такие занятия обеспечивают мотивацию познания себя, товарищей и окружающего мира, и незаметно формируют у детей необходимые навыки и умения. Возьмем в качестве примера развитие такого важного качества, как смелость публичного выступления. Ребенок начинает учиться в коллективе, и оттого, что на него обращено внимание нескольких десятков слушающих, он плохо формулирует свои мысли и вопросы, не может вступить в общение со сверстниками, а попросту бывает «зажат». И это происходит не от отсутствия способностей, а от страха. Снять такое напряжение можно только путем многократного погружения в подобную обстановку. Тогда она станет привычной. В народе говорят: «Привычка – вторая натура», и здесь же хочется напомнить изречение: «Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, а посеешь характер – и вы пожнете судьбу».

На занятиях актёрским мастерством, я бы назвала эти занятия «ТВОРЧЕСТВО» от слова «творить» – «создавать», можно создавать себя в играх. Дети разные: у кого-то богаче воображение, кто-то более внимателен, у кого-то лучше память, кто-то более наблюдателен. Всеми этими качествами нас одарила природа. Но каких-то качеств недостает, не хватает. Значит, их нужно развивать при помощи различных заданий, упражнений, игр, этюдов, для того, чтобы быть полноценной личностью.

Работа над методическим материалом продолжается: корректируется, совершенствуется, дополняется.

Сценическое внимание

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

Упражнение « Игры на внимание».

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

Упражнение « Хлопки».

- а) Выполняется на месте: 1 хлопок – присесть ;
2 хлопка – перевернуться вокруг себя;
3 хлопка – стоять. (Возможны другие варианты действий до 5 хлопков).
- б) выполняется при ходьбе: 1 хлопок – идти по кругу; 2 хлопка – идти в

другую сторону ; 3 хлопка – стоять.(Также возможны варианты).

в) 1 хлопок – поза «аиста» (на одной ноге , руки в стороны) ; 2 хлопка – поза «лягушки» (присесть , пятки вместе , колени в стороны, руки ногами на полу); 3 хлопка – идём по кругу.(Возможны варианты).

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

Упражнение « Эстафета».

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

б) На определённый ритм с хлопками.

в) Вставание заменить хлопками.

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

Упражнение « Одновременно».

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

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

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

Упражнение « Круги внимания».

Малый круг – прослушать все звуки в комнате;

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

Большой круг – прослушать звуки на улице.

Рассказать про все звуки , которые слышали.

Упражнение «Животное, зверь, птица, насекомое».

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

Дети выполняют соответствующие действия:

Домашнее животное – правая рука вперёд, призывающий жест;

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

Насекомые – голову пригнуть к груди , руки на голове.

Упражнение « Будь внимателен !»

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

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

Лошадки - как бы «ударяют копытом об пол» ;

Птицы - бегут по кругу , руки в стороны ;

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

4 – *птицы*, 5 – *аист*.

Упражнение « Знакомство».

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

б) Игра «Бабушкин чемодан». Первый говорит: «Бабушка поехала в гости и положила в чемодан: (называет какое-то предмет). Второй называет этот предмет и добавляет свой, третий – предметы первого и второго, добавляет свой и т.д. по кругу. Важно назвать предметы по порядку. Кто ошибся или пропустил слово – выходит из игры и выполняет какое-то творческое задание (например – изобразить предмет из «Бабушкиного чемодана»). Игра продолжается по кругу несколько раз, пока не останется 1 –3 участника). Затем выполняются творческие задания.

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

Упражнение «Земля, вода, воздух, огонь».

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

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

Земля - назвать животное или зверя ;

Вода - назвать рыбу ;

Воздух - птицу ;

Огонь - быстро повернуться вокруг себя.

Упражнение « Слушай звуки».

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

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

Упражнение « Тропинка».

Две команды образуют два круга. По сигналу идут по кругу. Ведущий даёт задание: *Тропинка* – все должны встать в колонну друг за другом, положить руки на плечи впереди стоящего, приседая и наклоняя голову чуть-чуть вниз. *Копна* - все направляются к центру своего круга, соединив руки в центре круга. *Кочка* - все участники приседают, положив руки на голову. (Очко получает команда выполнившая вперёд).

Упражнение « Зеваки».

Ребята, взявшись за руки, идут по кругу. По сигналу руководителя (ритмический рисунок, флажок и т.д.) Останавливаются и повторяют ритм или определённое количество хлопков, поворачиваются и продолжают

движение в другую сторону. Можно выполнять упражнение под музыку или петь песню.

Упражнение « Сосед , подними руку !».

Играющие образуют круг, водящий идёт внутри круга ,

Останавливается напротив одного из игроков и громко произносит:

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

Упражнение « Что изменилось ?».

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

б) Один из предметов прячется. Отгадать какой.

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

Упражнение « Пуговицы».

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

Упражнение « Переключение внимание».

Зрительное , слуховое , осязательное , обонятельное.

Руководитель даёт команды :

Зрительное – *объект далеко* - задник на сцене.

Слуховое - *объект близко* - звуки в комнате.

Зрительное -*объект далеко* - улица.

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

Слуховое -*объект далеко*- звуки улицы.

Обонятельное -*объект близко*- запах в кабинете.

Зрительное -*объект близко*- своя рука.

Внутреннее -*объект внутри*- вспомнить события дня

Зрительное -*объект близко*- сосед.

Использовать различные варианты, порядок.

Упражнение «События дня».

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

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

Упражнение «Биография предмета».

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

Нафантазировать его биографию.

Упражнение «Японская машинка».

а) Все участники выполняют синхронно движения :

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

Выполняется последовательно , синхронно и ритмично.

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

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

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

Упражнение « Живой алфавит».

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

Упражнение « Печатная машинка».

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

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

Упражнение « Дежурная буква».

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

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

Упражнение « Цифры и буквы».

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

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

Упражнение « Одновременно – противоположное».

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

Упражнение « Арифметика».

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

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

Упражнение « От 1 до 25».

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

Показать на таблице :

а) чёрные цифры от 1 до 25 в возрастающем порядке

б) красные цифры от 24 до 1 в обратном порядке

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

Упражнение «Хромая обезьяна».

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

После выполнения задания хорошо обменяться найденными способами отвлечения.

В следующий раз даётся другое задание : « О лохматом капитошке», «О контрольной по математике», «о зелёной черепахе», «о летающем крокодиле» и т.п.

Упражнение « Скульпторы».

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

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

Упражнение « Разведчик».

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

Упражнение «Разведчики, шпионы, консультанты».

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

Упражнение «Испорченный телевизор».

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

Первый показывает первоначальную позу. Группа сравнивает насколько произошло искажение.

Упражнение «Проверь себя».

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

Упражнение «Что справа?»

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

Упражнение «Три слова».

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

Упражнение «Классный руководитель».

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

Освобождение мышц.

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

Упражнение «Окаменеть – потерять сознание»

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

Упражнение «Проверь, что легче»

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

а) Арифметическое действие (37×9 , 158-99 и т.д.)

б) Вспомните все магазины на улице (в городе)

в) Пропойте что-нибудь

г) вспомните запах гари

Теперь попробуйте выполнить такие же действия не держа тяжёлый предмет.

Упражнение « Штанга»

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

Упражнение « Сосулька»

Дети читают все вместе стихотворение :

У нас под крышей белый гвоздь висит ,

Солнце взойдёт – гвоздь упадёт.(В.Селивестров)

1 строчка – руки над головой ,

2 строчка – уронить расслабленные руки и присесть.

Упражнение «Сонное царство»

Дети двигаются произвольно, по сигналу ведущего застывают в позах.

Ведущий : «На дворе встречает он

Тьму людей и каждый спит:

Тот, как вкопанный, сидит.

Тот, не двигаясь, идёт.

Тот стоит, раскрывши рот.(В.Жуковский)

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

Упражнение «Шалтай – болтай».

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

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

Упражнение « Петрушка»

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

Упражнение « Спящий котёнок»

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

б) Коллективный этюд.

Ведущий: « Солнечный лучик коснулся щёчки котёнка. Котёнок открыл один глаз , второй и увидел солнышко. Потянулся, сладко потянулся. Вдруг на нос села муха. Котёнок пытается избавиться от неё вначале без помощи

лап, затем лапкой. Муха отлетает и садится невдалеке. Котёнок охотится за мухой». Можно этюд выполнять под музыку.

Упражнение « Факир»

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

Упражнение « Перекачивание энергии»

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

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

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

Упражнение « Робот»

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

Упражнение « Воображаемый предмет»

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

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

Упражнение « Поза».

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

Упражнение « Пылесос и пылинки»

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

Упражнение «Пчёлка»

Ведущий говорит: « Пчёлка летит!» и называет части тела, над которыми пролетает пчёлка или пытается сесть. Когда пчёлка подлетает,

мышцы напрягаются, улетаёт – расслабляются. (Нос, ухо, щека, плечо, под ногами).

Упражнение «Холодно – жарко»

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

Цикл упражнений «Разминка»

Цели: подготовить организм к работе, освободить от мышечного зажима для ощущения полной свободы мышц, участвующих также в процессе дыхания, звукообразования, артикуляции.

Следующий комплекс упражнений можно использовать как подготовительный перед практическим изучением сценического падения.

Упражнение «Запахи»

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

Упражнение «Сломался, растаял»

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

Упражнение «Разминка рук»

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

Упражнение «Этажи»

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

Упражнение «Свечки»

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

Упражнение «Магнит»

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

б) То же самое можно выполнять со всей группой одно - временно. Руководитель-«магнит», остальные «кусочки железа», «гвозди», «кнопки», «железные стружки».

Упражнение «Булочник»

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

Упражнение «Водоросли»

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

Упражнение «Шарик»

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

ВООБРАЖЕНИЕ

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

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

Упражнение « Где мы были, мы не скажем, а что делаем - покажем»

(Выполняется по одному и по группам) Группа показывает какие-то действия без предметов, вторая угадывает, что они делают. Вариант « Какую работу я делаю?».

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

Упражнение « Игра в сказку».

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

- А) «Муха денежку нашла» - Как это случилось?(придумываются варианты разными исполнителями)
- Б) «Пошла Муха на базар» - Что за базар? Кто и что продаёт? Как Муха купила самовар?
- В) «Именины у Мухи» - Каждый придумывает себе персонаж, фантазирует, как он приходит на именины, что дарит и т.д.

Упражнение « Зёрнышки».

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

Упражнение «Пристройки».

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

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

Упражнение «Волшебный карман» .

Игра с воображаемым предметом. Вначале действия выполняются с реальными предметами. Нужно запомнить их форму, вес, поверхность. Потом каждый по очереди достаёт из своего кармана уже воображаемый предмет. Назовём его «Волшебником», а так как карман «волшебный», то и предмет может быть разного размера и веса. А что это за предмет ребята должны угадать по точным действиям и работе с воображаемым предметом «Волшебника».

Упражнение «Зверинец».

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

Упражнение « Воображаемый предмет».

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

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

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

Упражнение « Играем в цирк».

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

Упражнение «Вижу что дано, отношусь как задано»

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

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

Упражнение « Три слова» :

Из трёх слов, например: слон, картина, дерево составить как можно больше предложений. Составить из этих же слов – рассказ, сказку.

Упражнение« Рассказ» :

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

Упражнение «Художники».

Ребятам предлагается :

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

Упражнение «Продолжи рассказ».

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

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

Упражнение «Картина».

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

Упражнение «Ассоциации».

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

Упражнение «Как это происходит?»

(Кинолента воображения на основе литературного произведения). Прочитать небольшой отрывок из литературного произведения, где разворачивается какое-то событие. Представить в своём воображении, как это происходит. Нужно ничего не пропустить, всё увидеть и услышать, ярко, конкретно. Вообразить и представить обстановку быта, одежду. Услышать голос персонажей, их интонации, чувства, мысли.

Упражнение «Этюды на три слова, три предмета»

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

Упражнение «Что было бы , если бы...»

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

Упражнение « Придумать историю из одного задуманного слова » :

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

Упражнение « Сказка по картинке».

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

Театральные игры - имитации

«Насос и мяч»

Игра на организацию взаимодействия в парах и развитие актерских качеств. Дети разбиваются на пары. Один из пары исполняет роль Насоса, а другой — Мяча. Мяч перед началом упражнения сидит на коленях, с опущенными руками и головой, выглядит обмякшим, вялым (сдутым). Насос начинает имитировать надувание Мяча, который наполняется воздухом и постепенно встает с колен, расправляя руки и поднимая голову. Одновременно меняется и выражение его лица (от крайне грустного до веселого). Далее дети могут поменяться ролями.

«Баскетболист и мяч»

Игра на организацию взаимодействия в парах и развитие актерских качеств. Дети разделяются на пары. Один из пары исполняет роль Баскетболиста, а другой — Мяча. Мяч сидит на корточках. Баскетболист кладет руку на голову сидящему и начинает делать движения, имитирующие ведение баскетбольного мяча. Задача сидящего ребенка: прыгая на корточках, попасть в ритм и такт движения баскетболиста. Игра продолжается одну-две минуты. Далее дети могут поменяться ролями.

«Актерская пантомимика»

Игра на развитие взаимодействия и невербального общения, а также развитие пантомимики. Дети разбиваются на две равные по численности группы, конкурирующие между собой за то, чтобы собрать в свою группу как можно больше участников другой группы. Для этого группа приглашает одного из участников конкурирующей группы и дает ему задание показать загаданный ими предмет. Обязательное условие — этот предмет должен быть показан без помощи речи, звуков и немного проговаривания (артикуляции). Если участник справился с заданием и его группа угадала этот предмет, то право хода переходит к ней, и уже она приглашает участника конкурирующей группы. Если же участник не справился с заданием с трех попыток и группа не угадала предмет, то участник переходит в другую команду, а право хода остается у нее.

Чтобы дети не загадывали простые предметы, которые легко угадать, можно усложнить задание, прибавив к предметам какое-либо их качество. Например: сломанный пылесос, бешеная курица, глухой музыкант, веселый молочник и т. д.

Необходимо перед игрой договориться с детьми о том, что если противник называет близкое по смыслу значение предмета (неисправный пылесос,

ненормальная курица, слабослышащий музыкант и т. д.), то ответ засчитывается.

«Конкурс скульптур»

Игра на развитие взаимодействия в группе, индивидуальной пластики и выразительности. Проходит в несколько этапов.

Первый этап — индивидуальный. Ведущий просит каждого изобразить какую-либо реально существующую или воображаемую скульптуру. На это детям дается от 15 до 30 секунд. Затем выбирается тот, кто наиболее точно передал форму, настроение и характер заданной скульптуры. Он объявляется победителем в данной номинации. Таких индивидуальных номинаций может быть от трех до шести (в зависимости от количества и возраста детей).

Второй этап — парный. Дети разбиваются на пары. Их задача — показать парную скульптурную композицию. На данном этапе важен процесс общения между детьми, и поэтому стоит увеличить время для подготовки композиции: от 30 секунд до 1 минуты. Так же как и на первом этапе, определяются победители в каждой номинации.

Третий этап — групповой. В нем могут участвовать группы, состоящие из трех-четырех человек (в зависимости от количества их в общей группе). Главное пожелание — чтобы не осталось не задействованных в игре детей. Задание остается прежним, но только скульптурная композиция составляется уже из участников каждой микрогруппы. Так же как на первом и втором этапах, определяются победители в каждой номинации.

Завершить конкурс можно построением двух групповых скульптур, в которые входят дети двух больших команд или построением одной скульптурной композиции, в которую будут входить дети всего отряда, класса или группы.

Примеры одиночных и групповых скульптур: Девочка на шаре; Атлант, держащий небо на течах; Мыслитель; Метатель диска; Девушка с веслом; Наполеон; В. И. Ленин (с вытянутой вперед рукой); Теорема Пифагора; Иван-Царевич на болоте; Минин и Пожарский; Самсон, разрывающий пасть льву; Рабочий и Колхозница; Иван Грозный убивает сына; Остап Бендер и Киса Воробьянинов; Безбилетник и Контролер; Ворона и Лисица; Три богатыря; Опять двойка...; Запорожцы пишут письмо турецкому султану; Боярыня Морозова; Трус, Балбес и Бывалый и т. д.

«Прогноз погоды»

Игра на развитие выразительности речи и групповой коммуникации. Ведущий заранее составляет прогноз погоды на предстоящий день (реальный или воображаемый). Вызываются пять-семь участников, желающие принять участие в конкурсе. Их задача — прочитать данный прогноз с заданной интонацией, передав настроение и характер воображаемого диктора. Например:

- Телевизионный диктор;
- Футбольный комментатор;

- Диктор справочной службы вокзала;
- Учитель русского языка на изложении;
- Докладчик на торжественном собрании;
- Детектив;
- Священник во время службы;
- Рядовой, докладывающий командиру;
- Провинившийся двоечник;
- Сказочник.

«Групповая декламация»

Ведущий заранее выбирает какое-либо стихотворение из школьной программы (в соответствии с возрастом детей). Задание группе: прочитать по одной строчке стихотворения каждому участнику так, чтобы получилось интонационно и логически выдержанное произведение. Главным является выразительность чтения, логические паузы, интонации. Если стихотворение не закончилось при прохождении первого круга, то те же самые участники читают его дальше.

Данную игру можно позиционировать еще и как игру на организацию взаимодействия.

«Этюды с воздушным шариком»

Данная группа этюдов служит для развития выразительности мимики, пластики, умения входить в образ и выстраивать заданный сюжет. Игра может проводиться как с одним участником, так и в группе. Для ее проведения необходим один или несколько надутых воздушных шариков, которые раздаются участникам.

Ведущий дает задание создать этюд с шариком на конкретную тему. Например:

- Человек, смотрящийся в зеркало;
- Объяснение в любви;
- Расставание с любимым человеком;
- Начальник и подчиненный;
- Влюбленная парочка;
- Ребенок в зоопарке перед клеткой какого-либо животного;
- Родитель, отчитывающий сына-двоечника;
- Шахматисты, играющие партию;
- Покупатель и продавец.

«Спич на заданную тему»

Упражнение на развитие ораторских способностей. Проводится индивидуально с отдельным участником в присутствии всей группы. Выбираются отрасли человеческой жизнедеятельности и темы, которым посвящен тот или иной спич. После того как определена отрасль, выбранному участнику дается тема, на которую он без подготовки должен произнести спич в течение одной-двух минут (в зависимости от возраста).

Например: отрасль педагогика (школа, воспитание, образование). Темы, на которые должен быть произнесен спич:

- Классный журнал;
- Школьный дневник;
- Дверь директора школы;
- Школьная парта;
- Любимая ручка (писчая);
- Классное окно;
- Школьная перемена;
- Урок;
- Классный руководитель;
- Родительское собрание и т. д.

Возможные темы: медицина, транспорт, армия, театр, рыбалка, любовь, природа, дом, друзья и т. д.

Пантомима «Где я был?»

Участникам пантомимы даются задания изобразить места их пребывания в последнее время. Задания даются каждому так, чтобы окружающие не слышали. Участники группы должны догадаться, какое место им показывается. Если с трех попыток они не догадались, то исполнителю дается фант (рассказать стих, спеть песню и т. д.). Возможные места:

- Школа;
- Зоопарк;
- Кинотеатр;
- Автобус;
- Магазин;
- Самолет;
- Цирк;
- Вокзал;
- Детский сад;
- Больница.

Пантомима «Признание в любви»

Участники пантомимы разбиваются на разнополые пары (мальчик-девочка). Их задача совместно составить пантомимический этюд «Признание в любви». Совершенно очевидно, что им необходимо использовать только мимику и жесты. Время для составления этюда одна-две минуты. Победителем оказывается та пара, которая выполнила задание наиболее артистично, эмоционально и оригинально.

Для развития коммуникативных качеств личности и организации межличностного общения можно выбрать вариант, когда у участников пантомимы не будет времени на подготовку. Другой же вариант — когда им

дается время, но они составляют данный этюд поодиночке, не взаимодействуя друг с другом.

Такого же рода парные этюды можно разыгрывать и на другие темы, например: Покупатель и Продавец, Больной и Врач, Безбилетник и Контролер, Начальник и Подчиненный, Учитель и Ученик ит. д.
Игра «Вежливо-невежливо».

Это мы сейчас проверим с помощью вот такой игры. Я буду задавать вопросы. И если вы считаете, что это вежливо вы будете делать один дружный хлопок. Если невежливо, то хлопка делать не надо. Это ещё упражнение и на внимание.

ВОПРОСЫ:

- Здороваться при встрече;
- Кричать при споре;
- Произносить грубые слова;
- Отказать в просьбе другу;
- Дать прозвище приятелю;
- Быть грязнулей;
- Снять шапку, входя в помещение;
- Толкнуть, не извиниться;
- Разговаривать с набитым ртом;
- Уступить место старшему.

Упражнение «Башня» (на объединение коллектива).

Молодцы! Я вижу вы действительно вежливые ребята! Чтобы вы работали весело и дружно проведем наше базовое организационное упражнение «Башня», заодно скажем гостям как вас зовут. Ставим кулачок на кулачок и каждый называет своё имя. После того, как наша башня построена всеми участниками, на «Три-четыре» кричим: «Дружба!».

Упражнение «Росток» (снятие напряжения, разогрев внимания)

Для начала мы с вами снимем напряжение и разогреем ваше внимание.

"В волшебном лесу — самая таинственная жизнь под землей. Там целый интересный мир. Там живут корешки, червячки и маленькие зернышки, из которых потом вырастают прекрасные цветы и деревья. И сейчас сила волшебного леса превращает нас в маленькие зернышки, которые лежат под землей. Зернышки пьют подземную воду, в них вливается вся сила земли. Идет время. И вот зернышки дают первые ростки (дети вытаскивают одну руку). Они становятся все больше и больше, все сильнее и сильнее. У них уже достаточно сил для того, чтобы пробиться сквозь землю и начать расти на земле (дети изображают, как росток с трудом преодолевает сопротивление, проходит сквозь поверхность земли) и встают на ноги, расправляются. Это уже не просто ростки, это крепкие маленькие деревца. Под землей у них остались сильные корни. Они питают деревце соками земли и силой подземных вод. Теперь дерево быстро растет, тянется к солнцу (дети поднимают руки вверх, встают на носочки, тянутся). Солнышко согревает деревце, летний дождик смывает с него пыль, а легкий нежный ветерок

высушивает капли дождя. У наших деревьев сильные и крепкие ствол, ветви. На ветвях растут красивые зеленые листочки. Подует ветерок и листочки шепчутся между собой о чем-то. Так в волшебном лесу выросли новые прекрасные молодые деревья. " Мы разогрелись! Чтобы жить в Театральной стране как нужно уметь говорить? (Ответ детей) Правильно! Нужно иметь красивый природный голос, который звучит легко, сильно, выразительно. Так, чтобы все могли услышать и понять, что говорят жители сказочной страны.

Упражнение «Свеча».

Я помогу вам преодолеть это испытание. Для начала нужно правильно сесть: расслабьте мышцы спины, плеч, рук, теперь приподнимите тело и «наденьте» его на позвоночник (у нас это называется «на колок»). Улыбнитесь!

Теперь необходимо научиться правильно дышать – это значит незаметно делать вдох носом и плавный, равномерный выдох.

Попробуем так подышать на воображаемую «Свечу».

Упражнение «Воздушный шарик».

Дышать правильно – это дышать животом. Чтобы это отследить – положите одну руку на грудь, другую на живот, и наблюдайте за правильностью выполнения упражнения. Представьте у вас в животике воздушный шарик, вдыхая воздух, мы его надуваем, выдыхая, шарик сдувается. Пробуем!

А как важно говорить четко, не коверкать слоги, звуки, договаривать окончания, не прожевывать слова. Да, хорошая дикция – это вежливость актера по отношению к зрителям. И ее надо тренировать. Попробуем?

Упражнение «Трубочист».

Встаньте возьмите в руки воображаемые мочалки. Тщательно моем спину соседа и четко произносим текст:

Моем, моем, трубочиста

Чисто, чисто, чисто, чисто.

Будет, будет трубочист

Чист, чист, чист, чист.

Упражнение «Интонирование».

Мы подошли к трудному упражнению «Интонирование».

Знаете, стишок «Наша Таня громко плачет...». Предлагаю попробовать прочитать его, но по – разному. В стране под названием театр важно знать с какой интонацией будет говорить актёр на сцене. Итак, кто сейчас прочитает его так, как будто вы:

- Страшно замерзли;
- Как маленький ребенок;
- Как робот;
- Как сонный человек, зевая;
- Как будто у вас во рту горячая картошка.

Упражнение на внимание «Про кота»

Сейчас ребята я хочу предложить вам «внимание-развивательное» упражнение. Ведь актёрам обязательно надо развивать и тренировать своё внимание, он не может быть рассеянным. Он не должен отвлекаться на посторонние шумы во время игры на сцене. Оно ему очень необходимо и во время его реплик, и во время паузы, он должен внимательно следить за партнёром на сцене. А ещё внимание позволяет не упускать важные детали во время обучения, просмотра театральных постановок, мастер-классов и тренингов. Я буду вам читать вслух стихотворение Нины Тарасовой «С точки зрения кота», а вы очень внимательно его слушать. Когда услышите слово «кот», хлопните в ладоши, а услышите название предмета мебели — топнете ногой.

С точки зрения Кота – жизнь понятна и проста:

Вовкин папа существует, чтоб ходить Коту за рыбой,

Потому что сами рыбы прыгнуть в миску не смогли бы;

Мама Вовки - чтобы было с кем дремать под телевизор,

А пожарная команда –чтоб снимать Кота с карниза;

Кресло – чтобы драть обивку, шкаф – чтоб прятаться в него,

Только Вовка существует не понятно для чего.

Он, по мнению Кота, очень вреден для хвоста!

А у порядочных Котов, знаете, не сто хвостов!

Вы все замечательно справились с этим заданием. Давайте на радостях пошумим от удовольствия.

Разминка «Шумелка».

Педагог поднимает руку – все шумят как угодно, педагог опускает руку – все тотчас должны замолчать. Придумайте каждый для себя как весело вы будете шуметь.

А вы знаете, почему жители нашей страны верят, что перед ними не картонное дерево, а настоящее, а обыкновенный стул – трон? Да потому, что у них богатое воображение. А как у вас обстоят дела с этим самым воображением, мы узнаем если выполним вот такое упражнение.

Упражнение «Одно и то же по-разному»»

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

Мы поделимся на 2—3 творческие группы, и каждая получит определенное задание.

I группа — задание «сидеть».

а) сидеть у телевизора;

б) сидеть в цирке;

в) сидеть в кабинете у зубного врача;

г) сидеть у шахматной доски;

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

II группа — задание «идти».

а) идти по дороге, вокруг лужи и грязь;

- б) идти по горячему песку;
- в) идти по палубе корабля;
- г) идти по бревну или узкому мостику;
- д) идти по узкой горной тропинке и т.д.

III группа — задание «бежать».

- а) бежать, опаздывая в театр;
- б) бежать от злой собаки;
- в) бежать, попав под дождь;
- г) бежать, играя в жмурки и т.д.

А теперь выполним упражнение всей группой. Представьте, что вы сейчас сели не стул, а на трон. А теперь вы случайно приземлились не на стул, а на колючий куст розы. И в завершении на ваш стул кто-то налил клею, и вы приклеились. Вот видите, во время выполнения занятия у вас менялись жесты, вы испытывали разные эмоции, у вас менялось выражение лица. Это всё — главные инструменты актера. Жители театрального государства общаются между собой и с гостями на языке жестов, пластики, взгляда и мимики. Давайте и мы попробуем пообщаться на языке мимики

Упражнение «Выразительная мимика».

Я превращу вас в гномиков.

Волшебной палочкой вращаю,

Всех вас в гномов превращаю.

Гномы, в зеркало взгляните,

Все как один развеселитесь! (Дети изображают радость, веселье)

Ну-ка, хватить веселиться,

Нужно всем вам разозлиться! (Дети изображают злость)

Ну, нельзя же вечно злиться,

Предлагаю удивиться! (Дети изображают удивление)

А такое развлечение:

Покажите огорчение. (Дети изображают огорчение).

1. Солёный чай.

2. Ем лимон.

3. Сладкая малина.

Молодцы! Я открою вам секрет, если у вас не будет решаться пример или плохо запоминается стихотворение- сделайте мимическую гимнастику перед зеркалом, как сейчас - она оживляет умственную память. Настоящий актер должен уметь правильно двигаться на сцене. Ведь ему приходится изображать и старенькую бабушку и грациозное животное, прыгать весёлым клоуном ловко падать и кувыряться. Сегодня с пластикой вы столкнулись, когда выполняли задание «Одно и тоже по-разному». Вы шли по узкой тропинке и по палубе корабля, по узкому мостику и по горячему песку. Сейчас мы выполним этюд, который называется «Кусочки льда».

Этюд «Кусочки льда»

-Представьте себе, что вы все кусочки льда. Заморозила вас зима. И каждый из вас застыл в своей позе. Постепенно приходит весна, и кусочки льда начинают оттаивать.

- Сейчас вы будете делать те движения, о которых я буду говорить.

- У вас оттаял нос, правый мизинчик, рот, голова, рука, пятка, глаза, колени, носочки, ноги.

- Солнце стало пригревать сильнее и наши кусочки льда быстро растаяли.

Игра «Блинчики»

Дети встают парами. Первый игрок держит руки ладонями вверх, второй поглаживая руки партнера, говорит слова: «Блинчики, блинчики, жарятся, жарятся... подгорели!» – и на слове подгорели» хлопает его по ладошкам. Задача первого игрока вовремя убрать ладошки. После этого играющие меняются ролями.

Игра «Бусы без слов»

Играющие встают или садятся в кружок. Выбирается стихотворение, которое все дети хорошо знают (или песня). Читают, произнося по одному слову по очереди.

Вариант: Стихотворение читают не по одному слову, а по строчке.

Игра «Голосовой театр»

Считалкой выбирается водящий и «Отгадай-ка» (который будет стоять спиной к детям). Остальные игроки стоят в кругу. Водящий подходит к любому игроку и дотрагивается. Этот ребенок должен, изменяя голос, громко позвать Отгадай-ку по имени. Задача Отгадай-ки узнать по голосу, кто позвал. Если отгадывает правильно, то играющий становится на его место.

Игра «Волшебная палочка»

«Волшебная палочка» (ручка, карандаш, линейка) передается из рук в руки по кругу и сопровождается речью по какому-то заранее заданному правилу. Например: передающий называет строительную профессию, а принимающий продолжает называть профессию строителей (каменщик, плотник, маляр) или передающий называет существительные, принимающий - прилагательное (зима – морозная – снежная - сказочная). Если получающий не ответил, палочка меняет адрес» (следующему).

Игра « Встать по пальцам»

Все сидят. Педагог отвернувшись, поднимает над головой несколько пальцев на одной или обеих руках и вслух считает до трех, после чего произносит: «ЗАМРИ!». Он поворачивается к детям. В группе должно стоять ровно столько ребят, сколько было показано пальцев.

Игра «Двадцать»

Дети называют по порядку числа от 1 до 20. Проигравшим считается тот, кто называет 20. Называть числа можно по одному, можно по два, главное, чтобы это был счет по порядку. Например, первый ребенок говорит: «Один», второй «Два», - третий «ТРИ»,и т.д., пока один из игроков вынужден будет назвать число 20». Он считается проигравшим и выходит из игры.

Игра «Живые весы»

Выбирается Судья. Остальные дети кладут на голову книгу и ходят по группе, пытаясь удержать её на голове, не прикасаясь к ней. За всем этим следит Судья. Если у игрока книга падает, он выходит из игры. Победитель становится Судьей. (Ходить 5 минут).

Игра «Зазеркалье»

Считалкой выбирается ведущий, становится в центр круга, остальные ходят по кругу и произносят слова:

РОВНЫМ КРУГОМ, ДРУГ ЗА ДРУГОМ
ЭЙ, РЕБЯТА, НЕ ЗЕВАТЬ!
ЧТО ВЕДУЩИЙ НАМ ПОКАЖЕТ,
БУДЕМ ДРУЖНО ВЫПОЛНЯТЬ!

Ведущий показывает разнообразные движения, а дети их выполняют.

И Я

Ведущий рассказывает какую-нибудь историю. Когда при рассказе ведущий делает паузу, дети должны сказать: «И Я», - если эти слова подходят по смыслу фразы. Если кто-то произнес эти слова, когда они не подходят по смыслу, он дает ведущему фант.

Например:

Ведущий – Иду я однажды в магазин
Дети - И я.

- По дороге встречаю собаку.
- И я
- Она лежит на тротуаре (дети молчат)
- Я обхожу её
- И я
- Она громко залаяла (дети молчат)
- Собака встала и ушла и т.д.

После рассказов разыгрываются фанты.

Игра «Зоопарк»

Дети становятся или садятся в круг. Один из игроков берет в руки шарик и передает его соседу со словами: «Камешек себе возьми, зверя быстро назови». Игрок, взявший камешек, быстро отвечает: «Кошка», - и передает камешек другому и т.д. Важно, чтобы не было повторов.

ВАРИАНТ: названия растений, рыб, птиц, имена

Игра «Замри» или «Море волнуется»

Дети двигаются по кругу сначала медленно, произнося текст: - «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три...». К концу текста они бегут и на слова «Морская фигура замри!» превращаются в статую. Застывшая поза и незаметное дыхание, не подвижный взгляд.

Водящий ходит мимо фигур, выбирает самую смешную или стройную, по договоренности. Его задача рассмешить фигуру или заставить их пошевелиться.

Игра «Летает – не летает»

Педагог называет существительные, а дети выполняют заранее установленные движения (на летающей предмет поднимают руки вверх, на нелетающий – опускают вниз). Кто ошибся, тот выходит из игры.

Варианты: Само условие «летает – не летает» заменить на: двигается – не двигается, живое – не живое (движение выбирать другие например: не двигается – есть на карточке, живое – локтями делаем «ДЫХАТЕЛЬНЫЕ» движения, движется – шевеление ногами и т.д.).

Педагог старается своими движениями запутать детей.

Игра «Мудрый филин»

Выбирается ведущий и Филин. На столе 8-10 предметов. Филин смотрит в течение 15-20 секунд и запоминает их расположение. Затем ему завязывают глаза и, по указанию ведущего, он должен положить руку на какой-либо предмет, не дотрагиваясь до других.

Игра «Передай хлопок»

Один из игроков «посылает» хлопок стоящему рядом (т.е. хлопает, повернувшись к нему), тот «передает» хлопок своему соседу и так далее. Хлопок «катится» по кругу, пока не вернется к первому игроку. Тот может пустить хлопок в обратном направлении.

ВАРИАНТЫ: передать рукопожатие правой или левой рукой, передать улыбку, передать «страшилку».

Игра «Птички на жердочке»

Педагог кладет на пол веревку и сообщает, что это жердочка, а дети – птички. Сначала «поет» на жердочке. *Одна птичка. Ее слова «Один (одна) пою. Затем присоединяется вторая. Вместе они произносят: «вдвоем поем».*

Когда поющих становится трое, они говорят: «Втроем поем» и т.д.

После того как к «птичкам» присоединится последний игрок, они завершают «пение» словами: «Всполошился целый дом».

Игра «Почта»

Выбирается водящий Почтальон. Он подходит к игрокам, которые стоят полукругом и говорят:

- Динь, динь, динь!
- Кто там?
- Почта.
- Откуда?
- Из города Саратова.
- А что там делают?
- Смеются (поют, летают, плавают, бегают, прыгают, стирают и т.д.)

Играющие должны быстро изобразить названные действия. Кто запоздал или изобразил неверно, платит фант. В конце игры фанты разыгрывают.

Игра «Разведчики»

1 ВАРИАНТ. В комнате расставлены стулья в произвольном порядке. Один ребенок (разведчик) идет через комнату, обходя стулья с любой стороны, а другой ребенок (командир), запомнив дорогу, должен провести отряд тем же путем.

2 ВАРИАНТ. Начало игры такое же, но командир должен начать вести отряд оттуда, куда пришел разведчик и привести его туда, откуда вышел разведчик.

В кругу каждый ребенок связывается глазами с кем-то из детей при договоренности, что нельзя пользоваться ни жестами, ни словами – только ловить взгляд так, чтобы «связаться «глаза в глаза». Тогда возникают пары, которым можно дать дополнительное задание поменяться местами, одному встать другому сесть, поменяться местами со стульями без грохота и стука и т.д.

Игра «Сладкая парочка»

Игра проводится на ковре. Выбирается ведущий. Дети делятся на пары. Играющие стоят спиной друг к другу, цепляются согнутыми в локтях руками. По команде ведущего они должны одновременно сесть и вытянуть ноги. После слов ведущего: Друг за друга вы держитесь. И вставайте, не ленитесь! Пары пробуют встать, согнув ноги и упираясь друг другу в спину.

Выигрывает пара, которая встала первой без падений.

Игра «Слухачи»

Выбирается команда водящих из 3-4 человек, которые выходят за дверь и выбирают 1 строчку известного стихотворения («Уронили мишку на пол; идет бычок, качается, я люблю свою лошадку» и т.д.). Команда распределяет слова из этой строчки.

Затем дети – ведущие входят в группу и все вместе начинают говорить: каждый свое слово.

Команда «Слухачей» выуживает отдельные слова и складывают их в строчку. Вариант: Задумывается слово, например: «бумага». Выбирается известный мотив (например: «Чунга - чанга»). Один ребенок поет: бу-бу-бу, другой ма-ма-ма-ма, третий га-га-га-га.

Игра «Слушай и исполняй»

Ведущий называет и повторяет 1-2 раза несколько различных движений не показывая их. Дети должны произвести движения в той же последовательности, в какой они были названы ведущим.

Игра «Слушать за окном и за дверью»

По заданию педагога все сосредотачивают внимание на звуках

И шорохах улицы или коридора. В каждом случае все услышанное дети по очереди перечисляют и объясняют. Но нельзя допускать «сочинять» звуки.

Вариант – усложнение: рассказать не просто «шум машин», а грузовая машина с тяжелым грузом торопится на стройку и т.

Игра «Стою, на кого смотрю»

Задание в том, что тот на кого спокойно смотрит воспитатель встает. Задание завершается словами «спасибо, садись».

ВАРИАНТ: Предложить кому-нибудь из детей поработать вместо воспитательницы (проследить, чтобы говорили: «Спасибо, садись»)

Игра «Топ, хлопок»

Ведущий хлопками и притопами задает несложный ритм. Для начала берется самый простой ритмический рисунок: «хлоп-топ». Ритм пускается по кругу. Первый играющий хлопает, второй топает, третий хлопает и т.д.

ВАРИАНТ: Берется более сложный ритмический рисунок. (Топ-топ-топ, хлопок-хлоп-хлоп).

Игра «Человек к человеку»

Дети делятся на пары, один человек, другой, другой.

Образуются два параллельных круга под музыку круги «вращаются» в разных направлениях, как только музыка смолкает партнеры должны найти друг друга и выполнить данное им перед игрой задание. (Встать рука к руке, нога к ноге, спина к спине, ухо к уху и т.д.)

Игра «Четыре стихии»

Заранее с детьми обговариваются правила показа стихии: «огонь» – вращение руками, руки в сторону «вода» – руки вытянутые вперед, «воздух» – руки вверх прямые, «земля» – руки вниз – прямые. Ведущий произносит названия стихии, и сам руками это показывает, но потом начинает руками делать неправильно (путает детей). Здесь нужно особое внимание детей и стараться не смотреть на ведущего, а только слушать его голосовые команды

Игра «Шаман»

Выбирается водящий Шаман. Он находится в центре круга, опустившись на одно колено, и бьет в бубен. Потом подходит к любому игроку и отдает ему бубен. Игрок должен в точности повторить ритм Шамана. Если игрок ошибается, выходит из игры. Если повторяет правильно, то становится «Шаманом».

ЭХО

Дети отвечают на звуки ведущего дружным эхом. Но это должны сделать все вместе, без опоздания.

ВАРИАНТ: Отбивание педагогом серии хлопков, постукивание по стулу, стене, коленям, притопыванием.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств.- М.: Серия Золотой фонд актерского мастерства. Актёрский тренинг, 2008.
2. Пахомов Ю.В., Н.в. Цзен Н.В. Психотренинг: игры и упражнения.- М.: Знание, 2001.
3. Корогородский З.Я. Начало.-М.: Педагогика, 2004.
4. Кнебель М.О. Поэзия педагогики. -М.: Просвещение, 1984.

5 Шильгави В.П. Начнём с игры.- М. Сентябрь, 1998.

6.Полищук В.Н. Актёрский тренинг Михаила Чехова.-М.Сентябрь: 2010