

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы

Творческого объединения «Талантиум».

1. Тип программы по степени авторского вклада:
общеобразовательная.
2. По направленности: социально-гуманитарная.
3. По уровню усвоения содержания: ознакомительный.
4. По уровню организации педагогической деятельности:
модифицированная.
5. По уровню освоения теоретического материала:
познавательная.
6. По форме организации детских объединений: групповая работа.
7. По возрасту обучения детей: с 11 до 17 лет основного общего образования.
8. По приоритетному целеполаганию: развивающая.
9. По срокам реализации программа: 1-го года обучения.
10. По масштабу: учрежденческая.
11. По контингенту обучающихся: общая; для детей.
12. По степени творческого подхода: репродуктивно-творческая
13. По степени реализации программы: реализуется на базе МАОУ СОШ №7 ст. Полтавской.

Содержание

1.	Раздел I. Комплекс основных характеристик программы.	С.4-17
1.1	Пояснительная записка программы. Введение.	С.4-8
1.2	Направленность	С.8
1.3.	Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность дополнительной программы	С.8-9
1.4	Отличительные особенности	С.9
1.5	Адресат программы	С.10-11
1.6	Уровень программы, объем и сроки	С.11
1.7	Формы обучения	С.10
1.8	Режим занятий	С.11
1.9.	Особенности организации образовательного процесса	С.11-12
1.10	Цели и задачи дополнительной образовательной программы	С.12-13
1.11.	Содержание программы	С.12-15
1.12	Планируемые результаты	С.15-16
2.	Раздел II.Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации	С.16-22
2.1	Календарный учебный график	С.16-18
2.2	Условия реализации программы	С.18
2.3	Формы аттестации	С.18-19
2.4.	Оценочные материалы	С.19-20
2.5	Методические материалы	С.20-21
2.6	Список литературы	С.22

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1 Пояснительная записка

Театрализованные игры играют огромную роль в развитии выразительной стороны речи. В процессе работы над выразительностью реплик, персонажей, собственных высказываний незаметно активизируется словарь ребёнка, совершенствуется звуковая культура его речи, её интонационный строй.

Театрализованная деятельность позволяет формировать опыт социальных навыков поведения благодаря тому, что каждое литературное произведение или сказка для детей всегда имеют нравственную направленность (дружба, доброта, честность, смелость и т.д.). И не только познает, но и выражает свое собственное отношение к добру и злу.

Занятия театральной деятельностью с детьми развивают не только психические функции личности ребёнка, художественные способности, творческий потенциал, но и общечеловеческую способность к межличностному взаимодействию, творчеству в любой области, помогают адаптироваться в обществе, почувствовать себя успешным.

Настоящая программа описывает курс подготовки по актерскому мастерству, сценической речи и сценическому движению. Она разработана на основе театрализованной деятельности для подростков, описанным в литературе, приведенной в конце данного раздела.

Дополнительная общеобразовательная программа «Талантиум» разработана на основе «Актерской грамоты» авторов А.П.Ершовой и В.М.Букатова.

Дополнительная общеобразовательная программа «Талантиум» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; изменения ФЗ от 30.04.21 № 127-ФЗ ст.75
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 г. № 729-р;

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03 сентября 2019г. №467; приказ № 38 от 2 февраля 2021г. «О внесении изменений в целевую модель развития»
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
5. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11;
6. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018 года;
7. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее – Приказ № 196);
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 года № 553 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196»
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровление детей и молодежи»;
12. Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 года № 553 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196».
13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».
14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.12.2019 года № 649 «Об утверждении целевой модели цифровой образовательной среды».
15. Устав муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №7 ст. Полтавской муниципального образования Красноармейский район и иные локальные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса в учреждении.

1.2 Направленность программы

Предлагаемая программа имеет социально-гуманитарную направленность, ознакомительный уровень освоения.

1.3 Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность дополнительной программы

Новизна. Программа даёт возможность каждому ребёнку не только развиваться творчески, но и решать вопросы его социализации и адаптации в обществе.

Общеобразовательная школа дает нужный объем знаний, умений и навыков школьнику в рамках школьной программы. Но современный выпускник должен не только хорошо владеть этими знаниями, но и ориентироваться и общаться в той ситуации, в которую он попадает, входя во

взрослую жизнь. Для этого он должен уметь предвидеть проблемы и находить пути их решения, продумывать и выбирать варианты действий. Будущему выпускнику необходимо развивать в себе творческие способности, чтобы решать новые для себя задачи. Театральные занятия одни из самых творческих возможностей самореализации школьника. Здесь творчество и фантазия соседствуют друг с другом.

Актуальность. Необходимость социализации ребёнка в современном обществе, его жизненного и профессионального самоопределения. Программа объединяет в себе различные аспекты театрально-творческой деятельности, необходимые как для профессионального становления, так и для практического применения в жизни.

Театрализованная деятельность является способом самовыражения, средством снятия психологического напряжения, предполагает развитие активности, инициативы учащихся, их индивидуальных склонностей и способностей.

Сценическая работа детей – это проверка действием множества межличностных отношений. В репетиционной работе приобретаются навыки публичного поведения, взаимодействия друг с другом, совместной работы и творчества.

Педагогическая целесообразность. Программа методами театральной деятельности помочь детям раскрыть их творческие способности, развить психические, физические и нравственные качества, повысить уровень общей культуры и эрудиции (развитие памяти, мышления, речи, музыкально-эстетического воспитания, пластики движений), что в будущем поможет быть более успешными в социуме. Известно, что одной из самых важных потребностей детей является потребность в общении. В этой связи одной из приоритетных задач является развитие у них качеств, которые помогут в общении со сверстниками и не только: понимания, что все люди разные, принятия этих различий, умения сотрудничать и разрешать возникающие противоречия в общении.

Реализация программы позволяет включить в механизм воспитания каждого члена коллектива и достичь комфортных условий для творческой самореализации.

Программа предоставляет возможность, помимо получения базовых знаний, эффективно готовить учащихся к освоению накопленного человечеством социально-культурного опыта, безболезненной адаптации в окружающей среде, позитивному самоопределению.

1.4 Отличительные особенности

Отличительными особенностями программы являются:

- **деятельностный подход** к воспитанию и развитию учащихся посредством театральной деятельности, где учащийся выступает в роли художника, исполнителя, режиссера, композитора спектакля;

- **принцип междисциплинарной интеграции** – применим к смежным дисциплинам (занятия по культуре речи, литературе, живописи, технологии);

- **принцип креативности** – предполагает максимальную ориентацию на творчество подростка, на развитие психофизических ощущений, раскрепощение личности.

Атмосфера доверия, сотрудничества учащихся и педагога, содержательная работа с дидактическим материалом, обращение к личному опыту учащихся, связь с другими видами искусств, способствует успешному развитию индивидуальности учащегося.

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят.

Особое внимание в программе уделяется **региональному компоненту**, развитию патриотизма и любви к своей малой родине, обычаям и традициям казачества, изучению особенностей истории Кубани, традиций и быта народов Кубани.

1.5 Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы – от 11 до 17 лет. Рекомендуемый состав группы – от 6 человек. При наборе принимаются все желающие (согласно Приложению №1 «Рекомендуемые состав и площади помещений в организациях дополнительного образования» к СанПиН 2.4.4.3172-14). Состав коллектива постоянный.

Программа предусматривает возможность обучения детей с **особыми образовательными потребностями**: имеющих мотивацию к предметной области программы, талантливых, одаренных, детей-инвалидов и

детей с ограниченными возможностями здоровья; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Психолого-педагогические особенности возрастной категории учащихся.

1.6 Уровень программы, объём и сроки:

Программа имеет ознакомительный уровень. Срок освоения программы - 1 год, 72 занятий -1 раз в неделю по 2 часа.

1.7 Форма обучения – очная.

1.8 Режим занятий: 2 занятия по 40 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

1.9 Особенности организации образовательного процесса

Основной формой обучения является занятие. Занятия проводятся с 10-минутным перерывом для отдыха. Виды занятий определяются содержанием программы. Весь курс делится на теоретическую и практическую части. Само занятие включает в себя одновременно и теорию, и различные тренинги (речевой, пластический, физический), этюды, ролевые игры. При постановке сценок отводится время на репетиции, прогоны, сдачу и саму премьеру выступления.

Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта учащимся делается больший упор на групповые и индивидуальные формы работы. Занятия предусматривают **дифференцированный подход по степени одаренности:** выполнение индивидуальных заданий усложненной формы для **талантливых и одаренных детей.** Используемый междисциплинарный подход на основе интеграции различных областей знаний позволяет талантливым и одаренным учащимся расширить и углубить свои знания, развивать способности к поиску решений на «стыке» разных типов знаний. Одаренным учащимся предлагается изучить новые виды деятельности и реализовать их в своей творческой работе. На занятиях организована деятельность, создающая условия для творческого развития детей и предусматривающая их дифференциацию по степени одаренности, в связи с чем предусмотрена возможность занятий **по индивидуальной образовательной траектории.**

В процессе обучения предусмотрены игровые, творческие лаборатории, соревнования, конкурсы, устный журнал, экскурсии, занятие-путешествие, занятия-зачёты. В зависимости от поставленной цели (обучающей, воспитывающей, развивающей) используются различные формы работы на занятиях: беседы, этюды, тренинги, игры импровизации, экскурсии, путешествия, репетиции.

В процессе обучения ведется **профориентационная работа** с учащимися.

Образовательный процесс строится на единстве активных и увлекательных методов и приемов учебной работы, в ходе которой в процессе усвоения знаний, законов и правил художественного творчества у учащихся развиваются творческие начала.

Опосредованное осуществление взаимодействия педагога с учащимися может быть организовано при подготовке к участию в конкурсах на заключительных этапах; для учащихся с высокой степенью успешности в освоении программ; для учащихся, пропускающих учебные занятия по уважительной причине (болезнь и др.); в период отмены (приостановки) занятий в очной (контактной) форме.

Виды занятий: презентация; онлайн-беседа; упражнения; практическое занятие; контрольная работа; самостоятельная работа.

1.10 Цели и задачи дополнительной образовательной программы

Цель программы: создание образовательной среды, способствующей развитию социальных, интеллектуальных, творческих интересов учащихся средствами театрального искусства.

Задачи программы:

Воспитательные:

- прививать культуру осмысленного чтения литературных и драматургических произведений;
- воспитывать интерес к мировой художественной культуре, театральному искусству и его жанровому многообразию;
- воспитать художественный вкус;
- научить воспитанников корректно общаться друг с другом в процессе репетиций;

- воспитание культуры речи.

Развивающие:

- развивать навык творческого подхода к работе над ролью;
- развивать пластические и речевые данные воспитанников;
- развивать творческие способности, воображение, фантазию и память, расширять словарный запас.

Образовательные:

- научить всему комплексу принципов и приёмов, необходимых для работы над ролью;
- увлечь детей театральным искусством;
- Расширить знания воспитанников в области драматургии.

1.11 Содержание программы УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводная часть	2	1	1	Собеседование
2	История театра. Театр как вид искусства	10	3	7	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
3	Основы театральной культуры	12	4	8	Анализ практической деятельности
4	Сценическая речь	15	4	9	Анализ выполненной работы.
5	Работа над пьесой	15	4	9	Анализ пьесы, составление эскизов. Показ спектакля
6	Организация досуговых мероприятий	15	3	12	Совместное обсуждение и оценка организованного мероприятия

7	Итоговое занятие	3	1	2	Зачет, самоанализ деятельности
	Итого по программе:	72	22	50	

Содержание учебного плана

1. Вводная часть

Теория: содержание работы объединения, цели и задачи обучения. Перспективы творческого роста. Режим работы. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: игры на знакомство, создание предпосылок для свободного выражения своих чувств, эмоций, просмотр творческих работ, видеофильмов со спектаклями.

2. История театра. Театр как вид искусства

Теория: виды театра. Знакомство с произведениями великих драматургов мира. Место театра в жизни общества.

Практика: подбор и просмотр литературы, обсуждение плана подготовки и проведения пьесы. Импровизация: пластическая, словесная, действенная, художественная, изобразительная, образная (животных, людей). Поведенческие этюды. Артикуляционная гимнастика (выполнение упражнений). Работа над постановкой мини - пьес (сочинение, переработка на свой материал). Выбор пьесы. Работа за столом (распределение ролей, читка по ролям. Репетиции. Черновые прогоны. Музыкальное оформление пьесы, генеральная репетиция. Подготовка реквизита и костюмов. Показ пьесы. Использование имеющегося художественного опыта учащихся; творческие игры; рисование кинофильма для закрепления представлений о театре как виде искусства.

Просмотр фрагментов театральных постановок драматического театра. Игры «Театр в твоей жизни («Что такое театр?», «Театр в твоём доме. Театр на улице», «Школьный театр.

Профессиональный театр для детей. Зачем люди ходят в театр?». Упражнения-тренинги «Так и не так в театре (готовимся, приходим,

смотрим)». Занятие-тренинг по культуре поведения «Как себя вести в театре».

3. Основы театральной культуры

Теория: знакомство с декорациями, костюмами, гримом, музыкальным и шумовым оформлением. Стержень театрального искусства – исполнительское искусство актера. Многообразие выразительных средств в театре. «Бессловесные элементы действия», «Логика действий» и т.д.

Практика: тренинги на внимание: «Поймать хлопок», «Невидимая нить», «Много ниточек, или Большое зеркало», «Театральная мозаика», «Алфавит театральный», «Показ мод».

Упражнения на овладение и пользование словесными воздействиями, этюды: сказка «Дюймовочка», «Буратино», «Тайны волшебных сказок».

Упражнения на выразительность мимики: «Изучаем лицо», «Десять масок», «Улыбаемся», «Мини – история для одного актера», «Мини-истории для двух актёров», «Улитка и заяц».

4.Сценическая речь

Теория: роль чтения вслух в повышении общей читательской культуры. Основы практической работы над голосом. Анатомия, физиология и гигиена речевого аппарата. Литературное произношение.

Практика: отработка навыков правильного дыхания при чтении и сознательного управления речеголосовым аппаратом (диапазоном голоса, его силой и подвижностью). Упражнения на рождение звука: «Бамбук», «Корни», «Тряпичная кукла», Резиновая кукла», «Фонарь», Антенна», «Разноцветный фонтан».

Отработка навыка правильного дыхания при чтении и сознательного управления речевым аппаратом: «Назойливый комар», ««Хомячок», «Рожицы», «Бегемотики», «Иголочка», «Змейка», «Парус», «Качели», «Вкусное варенье».

5.Работа над пьесой

Теория: особенности композиционного построения пьесы: ее экспозиция, завязка, кульминация и развязка. Время в пьесе. Персонажи - действующие лица спектакля.

Практика: работа над выбранной пьесой, осмысление сюжета, выделение основных событий, являющихся поворотными моментами в развитии действия. Определение главной темы пьесы и идеи автора, раскрывающиеся через основной конфликт. Определение жанра спектакля. Чтение и обсуждение пьесы, ее темы, идеи. Общий разговор о замысле спектакля. Выявление характерных способов действий, движений каждого персонажа. Работа над стихотворением, монологом, басней. Усвоение правил поведения на сцене, обучение правильности расположения в группе и в одиночку. Планомерная работа над снятием зажимов перед аудиторией.

6. Организация досуговых мероприятий

Теория: знакомство с методикой проведения и организации досуговых мероприятий. Разработка сценариев.

Практика: понятие «Праздник». Учет возрастных особенностей при разработке праздника. Виды праздников, их особенности и характеристики. Алгоритм подготовки и проведения. Профессии, которые «делают» праздник. Определение темы, выбор сюжета, действующих лиц. Методика подбора игр и разработка правил проведения праздника. Музыкальное, художественное, техническое оформление. Сценарий, понятие, правила работы с ним, этапы работы. Участие в подготовке досуговых мероприятий внутри учреждения. Выявление ошибок. Оформление газеты «В мире театра».

Подбор материала. Разработка сценария. Определение ролей. Репетиции. Реквизит. Музыкальное и звуковое сопровождение. Выступление. Анализ.

7. Итоговое занятие

Теория: отчетное мероприятие.

Практика: итоговая аттестация. Творческие задания, упражнения на коллективную согласованность; превращение и оправдание предмета, позы, ситуации, мизансцены; этюды на оправдание заданных бессловесных элементов действий разными предлагаемыми обстоятельствами.

1.12 Планируемые результаты.

В результате полученных учащимися основ знаний, умений и навыков по театральному мастерству, духовно-нравственному и патриотическому

воспитанию, нравственному совершенствованию, формированию внутренней культуры, коллективизма, воспитания, уважения к окружающим, старшим, помощи слабым - все это в комплексе предполагает получение следующих результатов:

Образовательные:

- изучены основные понятия по теории и истории театрального искусства;
- освоены базовые знания, умения и навыки, предметные компетенции;
- сформирована речевая культура;
- развиты познавательные интересы через расширение представлений о видах театрального искусства;

Личностные:

- развиты личностные, ценностно-смысловые, общекультурные, учебно-познавательные, коммуникативные компетенции;
- развиты внутренняя (воля, память, мышление, внимание, воображение, подлинность в ощущениях) и внешняя (чувства ритма, темпа, чувства пространства и времени, вера в предлагаемые обстоятельства) техники актера;

Метапредметные результаты:

- сформированы потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, эрудиции, нестандартных приемах и решениях при реализации творческих идей;
- развиты умения использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выражать в творческой деятельности;
- сформированы навыки аналитического мышления, умение объективно оценивать свою деятельность.

К концу учебного года учащиеся должны знать:

- Виды театров (кукольный, детский, театр зверей и др.).
- Новые слова-термины
- Правила поведения в театре

Учащиеся должны уметь:

- Дети научатся работать с воображаемыми предметами.

- Разыгрывать несложные этюды по знакомым литературным сюжетам, используя выразительные средств;» (интонацию, мимику, жест);
- Изображать отгадки к загадкам, используя выразительные средства;
- Определять по карточкам- пиктограммам разные эмоции человека – веселье, грусть и т д.
- Менять по заданию педагога высоту и силу звучания голоса.
- Читать наизусть стихотворный текст, правильно произнося слова и расставляя логические ударения.

2. Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.

2.1Календарный учебный график «Талантиум»

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие Знакомство с миром театра.	1	1	-	беседа
1	Значение поведения в актерском искусстве.	1	1	-	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
2	Развитие актерского внимания	6	-	3	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
3	Работаем над дикцией и голосом. Преодоление мышечных зажимов.	6	1	5	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
4	Ритмопластика. Сценическое движение. Музыкальная импровизация	4	-	4	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации

5	Что значит -чувствовать партнера на сцене? Учимся взаимодействию.	3	-	3	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
6	Массовая работа	4	1	3	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
7	Подготовка и проведение новогодней постановки в школе.	8	-	8	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
8	Массовая работа	4	-	4	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
	Участие в праздниках, концертах Игротека	6	-	6	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
9	Актерское мастерство	2	-	2	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
10	Что такое «сценическая площадка»? Умение «распределиться» на сцене.	2	-	2	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
11	Взаимодействие с партнером	2	-	2	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
12	Предлагаемые обстоятельства	2	-	2	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
13	Этюд–инсценировки басен	2	-	2	Блиц-опрос, самостоятельные

					импровизации
	Работа над сюжетными отрывками.	5	-	5	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
14	Понятие «темпо-ритм».	3	-	3	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
15	Инсценировка небольших фрагментов из классических литературных произведений.	6	-	6	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
16	Массовая работа	1	-	1	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
17	Массовая работа	6	-	6	Блиц-опрос, самостоятельные импровизации
18	Итоговые занятия	1	-	1	беседа
	ИТОГО:	72	22	50	

2.2 Условия реализации программы

Реализация программы в режиме сотрудничества позволяет создать лично-значимый для каждого учащегося духовный продукт (в виде игровой программы, постановки и т.д.).

Кадровое обеспечение: программу реализует педагог Ульянова Юлия Сергеевна

Материально – техническое обеспечение: наличие кабинета для теоретических занятий, сцены для репетиционных занятий. Кабинет оборудован столами, стульями в соответствии с государственными стандартами, мультимедийное оборудование, экран, магнитофон, ноутбук, флешкарта, музыкальные фонограммы, видеозаписи, реквизит для создания костюмов, образов.

Информационное обеспечение: специальная литература, аудио-, видео-, фото - материалы. Интернет–источники.

2.3 Формы аттестации

Основными формами подведения итогов по программе является текущий контроль, проведение итоговой аттестации учащихся, в соответствии с локальным актом - положением, устанавливающим порядок и формы проведения, систему оценки, оформление и анализ результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся в соответствии с требованиями дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Аттестация проводится с целью установления:

- соответствия результатов освоения программы заявленным задачам и планируемым результатам обучения;
- соответствия организации образовательного процесса по реализации программы установленным требованиям к порядку и условиям реализации программ

Отслеживание результативности осуществляется в форме собеседования, тестирования, наблюдения, результатов участия в подготовке и проведения различных мероприятий, что отражается в таблицах.

При этом проводятся:

- входная диагностика, организуемая в начале обучения (проводится с целью определения уровня развития и подготовки детей);
- текущая диагностика по завершении занятия, темы, раздела (проводится с целью определения степени усвоения учебного материала);
- промежуточная, проводимая по окончании учебного года с целью определения результатов обучения;
- итоговая, проводимая по завершении изучения курса программы с целью определения изменения уровня развития детей, их творческих способностей.

В ходе освоения программы применяются следующие методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение, тестирование, выполнения заданий, практических занятий, и т.д. Программой предусмотрены наблюдение и контроль за ее выполнением, развитием

личности учащихся, осуществляемые в ходе проведения анкетирования и диагностики. Результаты диагностики, анкетные данные позволяют корректировать образовательный процесс, лучше узнать детей, проанализировать межличностные отношения, выбрать эффективные направления деятельности по сплочению коллектива, пробудить в детях желание прийти на помощь друг другу.

Педагогический мониторинг включает в себя традиционные формы контроля (текущий, тематический, итоговый), диагностику творческих способностей; характеристику уровня творческой активности учащихся.

Методами мониторинга являются анкетирование, рефлексия, интервьюирование, тестирование, наблюдение, социометрия.

На начальном этапе обучения программой предусмотрено выявление интересов, склонностей, потребностей каждого учащегося, уровень мотивации, творческой активности. В конце каждого учебного года проводится повторная диагностика с использованием вышеуказанных методик с целью отслеживания динамики развития личности учащегося.

Формы подведения итогов реализации программы: открытые занятия, контрольные занятия и т.д.

2.4 Оценочные материалы

Перечень диагностических методик:

- анкета по мотивации выбора объединения;
- мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (диагностическая карта);
- мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной общеобразовательной программы (диагностическая карта).

Критерии оценки

высокий – 3 балла:

- обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал;
- исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает теоретические основы предмета, умеет тесно увязать теорию с практикой;
- свободно справляется с вопросами, другими видами применения знаний;

- правильно обосновывает ответ, владеет разносторонними навыками и приёмами выполнения практических заданий.

средний – 2 балла:

- Обучающийся знает программный материал, но допускает неточности и незначительные ошибки;
- владеет необходимыми навыками и приёмами выполнения заданий, допуская некоторые неточности; демонстрирует хороший уровень освоения материала.

низкий – 1 балл:

- обучающийся показывает знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки. В ответе прослеживаются нарушения логической последовательности;
- испытывает затруднения при выполнении практических работ.

2.5 Методические материалы

Методы и технологии, применяемые в работе с детьми:

репродуктивный (педагог ставит проблему и вместе с учащимися ищет пути ее решения);

поисково-исследовательский;

эвристический.

Формы организации учебных занятий:

Учебный процесс идёт в виде игр, бесед, создания постановок, проведения флешмобов, круглых столов, обсуждения с применением понятия «мозговой штурм».

В особенность организации учебного процесса активно включена возможность практического вовлечения учащихся в предметную деятельность. Используется дидактический материал.

Занятия в группах среднего и старшего возраста проходят в самых разнообразных формах:

- тренинги;
- репетиции;
- занятия малыми группами (3-5 человек).
- досуговые мероприятия (в течение учебного года)

Обучение проводится с использованием различных технологий (игровые, групповые, проблемного обучения, дифференцированной, коллективной творческой деятельности, развивающего и дистанционного обучения). Чередуются различные виды деятельности (игровая, исследовательская, творческая), направленные на формирование продуктивной устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности.

Методический инструментарий: беседы, практические задания, репетиции, круглые столы

Дидактический материал: разработок для проведения занятий (таблицы, презентации, тесты, анкеты, вопросники, контрольные упражнения, и др.).

2.6Список литературы:

для педагога

1. <http://www.mir-teatra.org/news/chtotakoe teatr istorija teatra/2015-04-27-53>
2. https://yandex.ru/promo/yavteatre/theater_types_guide
3. https://www.krugosvet.ru/enc/kultura_i_obrazovanie/teatr_i_kino/TEATR.html
4. https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_colier/2977/TEATP
5. <https://zen.yandex.ru/media/id/5cc78dbf55033c00b3b3bea9/ustroistvo-teatra-akt-1-kratkoe-opisanie-ustroistva-teatra-5d1a6cb5bd2e7e00ad726531>
6. <http://life.mosmetod.ru/index.php/item/teatralnaya-shpargalka>
7. <http://art-complex.ru/pages/slovar/>
8. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/10/01/osnovy-teatralnoy-kultury>
9. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/03/22/zanyatie-v-teatralnom-kruzhke-ritmoplastika>
10. https://zen.yandex.ru/media/teatr_sova/scenicheskaja-rech-kak-osnova-akterskogo-masterstva-5e8908038274cd4de92120f9
11. <https://www.sites.google.com/site/saranakan/home/rezissura/scenicheskaa-rec>

для учащихся:

1. <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/12/06/v-pomoshch-rukovoditelyu-teatralnogo-kruzhka>
2. <https://www.kanal-o.ru/news/9379>
3. <https://ddt-pervomay.rnd.muzkult.ru/media/2018/12/08/1211269333/4. Detskij teatr Lila.pdf>

для родителей:

<https://kukuriku.ru/detskie-uchrezhdeniya/kruzhki-sekcii/teatralnye/>

Интернет-ресурсы:

1. https://www.kid-edu.ru/catalog/igrovoe_oborudovanie_i_uchebnye_posobiya/teatralnye_rekvizity_i_kostyумы/kostyумы_dlya_teatralizovannoy_deyatelnosti/
2. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2012/01/10/seminar-praktikum-izgotovlenie-kostyumov-i-atributov-d>

2.7 Приложение

Приложение № 1

Выявления артистических способностей

Выявления артистических способностей у детей строится на основе экспертных оценок Лосева А.А..

Методы диагностирования:

1. Наблюдения за ребенком в процессе игровой, театрализованной деятельности, во время выступлений на утренниках, праздниках.
2. Беседа с ребенком. Беседа с родителями. Беседа с воспитателями.
3. Анкетирование родителей.
4. Обработка полученных данных.

Анкета на выявление артистически способных детей.

Критерии

баллы

1. Легко входит в роль другого человека, персонажа.

2. Может разыграть драматическую ситуацию , изобразив какой-нибудь конфликт.
3. Может легко рассмешить, придумывает шутки, фокусы.
4. Хорошо передает чувства через мимику, пантомимику, жесты.
5. Меняет тональность и силу голоса, когда изображает другого человека, персонажа.
6. Интересуется актерской игрой, пытается понять её правила.
7. Создает выразительные образы с помощью атрибутов, элементов костюмов.
8. Создает оригинальные образы.
9. Выразительно декламирует.
10. Пластичен.

Итого

Каждому утверждению необходимо дать оценку по 5-бальной системе.

5 баллов- качество сильно выражено

4 балла-выражено выше среднего

3 балла- выражено средне

2 балла- выражено слабо

1 балл- выражено незначительно

0 баллов- совсем не выражено

Количество баллов суммируется и делится на количество вопросов.

Обработка данных по анкете:

Составить графическое изображение. На горизонтальной оси обозначают области проявления способностей, а на вертикальной - отмечают полученную по каждой области сумму баллов и выстраивают кривую - профиль способностей ребенка.

Данную анкету предлагается заполнить и педагогам и родителям.

Для выявления у ребенка артистических способностей, предлагаем разыграть игровую ситуацию, при этом наблюдаем, как ребенок двигается, проявляет эмоции, чувства, выразительность, фантазию, меняет силу голоса, тональность. Наблюдаем, как ребенок создает оригинальные образы, насколько ему интересен сам процесс актерской игры. Во время музыкальных номеров смотрим на пластичность, на умение слышать и понимать настроение произведения.

Для выявления артистических способностей можно использовать театрализованные упражнения на способность выражать эмоциональное состояние персонажа в движениях, умение передавать мимику – в выразительных движениях мышц лица, в пантомимике - выразительных движениях всего тела, в вокальной мимике - выразительности речи.

Упражнения на вокальную мимику.

- 1). Упражнения для расслабления мышц речевого аппарата, формирования правильного дыхания : "В саду" "Лисичка в саду" "Насос" "Отдыхаем".
- 2). Упражнения, помогающие поработать над интонацией и тембром голоса (поможет ребенку заговорить голосом волка, мышки, чайника, медвежонка, дождика): "Приехали в гости" "Здравствуйте" "Настроение" "Как хочу, так говорю"
- 3). Выявление чувств, воображения, выразительности движений: этюды "Добрый мальчик" "Спи, Танюша" "Посещение больного"
- 4). Выявить, насколько ребенок раскован, смел, уверен в себе, помогут игровые упражнения: "Резинка" "Здравствуйте" "Я - Алла Пугачева" " Нарисуем солнышко". Эти упражнения помогают снять эмоциональное напряжение, развивают выразительность, фантазию.

Упражнение на выразительность мимики

Упражнения, этюды, игры: "Кривляки" "Представьте себе" "Что в коробочке"
"Куда мы попали" "Удивление" "Ласка" "Нарисуй портрет"

Упражнениена выразительность движений тела:

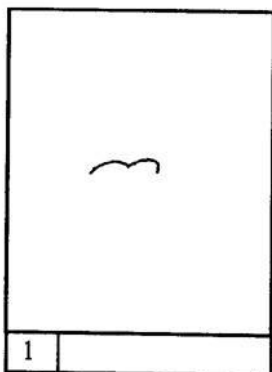
Игры, этюды: "Походка" "На стуле" "Кошка" "Лето" "Кто я?" "Сказка"

Приложение № 2

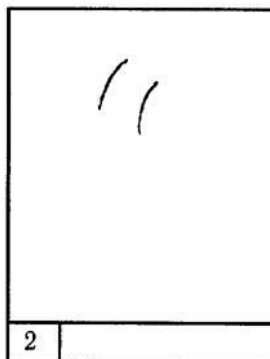
Тест Торренса

Предлагаемый вариант теста Торренса представляет собой набор картинок с некоторым набором элементов (линий), используя которые испытуемым необходимо дорисовать картинку до некоторого осмысленного изображения. В данном варианте теста используется 6 картинок, выбранных из 10 оригинальных.

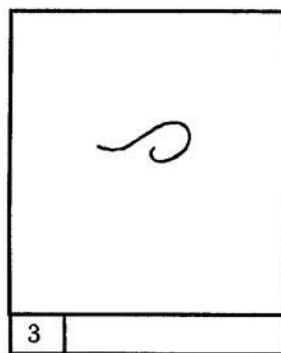
Картинка № 1



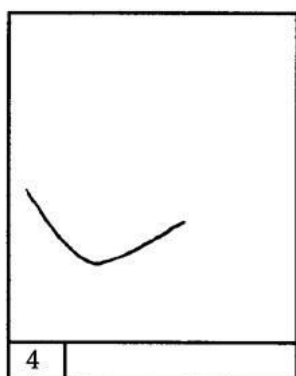
Картинка № 2



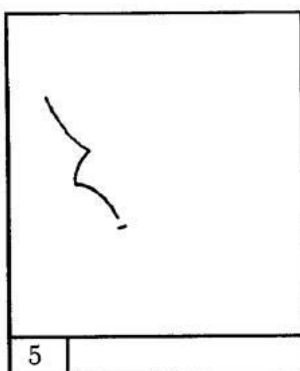
Картинка № 3



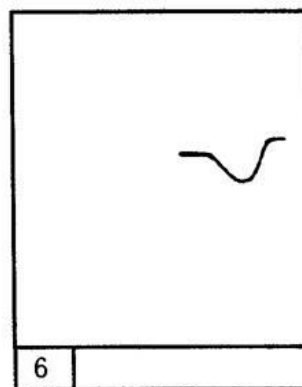
Картинка № 4



Картинка № 5



Картинка № 6



Приложение № 4

Скороговорки

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

2. От топота копыт пыль по полю летит, пыль по полю летит от топота копыт.

3. Сшит колпак не по-колпоковски, вылили колокол не по-колоколовски. Надо колпак переколпоковать, перевыколпоковать, нужно колокол переколоковать, перевыколоковать.

4. Говорил попугай попугаю: "Я тебя, попугай, попугаю". Отвечает ему попугай: "Попугай, попугай, попугай!"

5. Стоит поп на копне, колпак на попе, копна под попом, поп под колпаком.

6. Ехал Грека через реку, видит Грека в реке – рак. Сунул Грека руку в реку, рак за руку Греку – цап!

7. На дворе дрова, во дворе трава.

8. Кукушка кукушонку купила капюшон. Надел кукушонок капюшон. Как в капюшоне он смешон.

9. Милу мама мылом мыла.

10. Собирала Маргарита маргаритки на горе, растеряла Маргарита маргаритки на траве.

11. Сказала со смехом соседке синица: "Стать самой скрипучей сорокастремится!"

12. У четырех черепашек по четыре черепашонка.

13. Вашему пономарю нашего пономаря не перепонамаривать стать: наш пономарь вашего пономаря перепонамарит, перевыпономарит.

14. На горе Арарат рвала Варвара виноград.

15. Протокол про протокол протоколом запротоколировали.

16. Была у Фрола, Фролу на Лавра наврала, пойду к Лавру, Лавру на Фрола навру.

17. "Расскажите про покупки". – "Про какие про покупки?" – "Про покупки, про покупки, про покупочки свои".

18. Съел молодец тридцать три пирога с пирогом, да все с творогом.

19. Тридцать три корабля лавировали, лавировали, лавировали, да не вылавировали. Тридцать три инженера невелировали, невелировали, невелировали, да не выневелировали.

20. У елки иголки колки.

21. Краб крабу сделал грабли. Подал грабли крабу краб: сено, граблями краб грабь.

22. Наш голова вашего голову головой переголовал, перевыголовил.

23. Милости прошу к нашему шалашу: я пирогов покрошу и откусать попрошу

24. Водовоз вёз воду из-под водопровода.

25. Карл у Клары украл кораллы,

А Клара у Карла украла кларнет

Приложение № 5

Упражнения для психофизического тренинга

1. **Бег в резинке.** «Учащиеся разбиваются на пары. Каждая пара получает резинку (дается сшитая кольцом широкая бельевая резинка).
2. **Биологические часы.** «Закройте глаза и сядьте поудобнее. Услышав хлопок, попытайтесь, пользуясь лишь внутренними ощущениями, определить длительность минуты. Тот, кто решит, что с момента хлопка уже прошло 60 секунд, встает.
В конце упражнения выясняем, кому удалось правильно определить длительность минуты».
3. **Бык и ковбой.** Двое участников становятся на расстоянии друг от друга (не менее 5 метров), один поворачивается спиной - это бык, второй берет в руки воображаемую веревку - это ковбой. По сигналу к началу ковбой должен накинуть воображаемую веревку на быка и подтянуть его к себе (бык, естественно, сопротивляется). Упражнение получится успешно, если участникам удастся синхронизировать свои действия, чтобы зрители "увидели" воображаемую веревку, натянутую между ними.
4. **Войдите в роль -1.** Учащимся предлагается, абстрагируясь от содержания, прочитать предлагаемый текст по выбору как:
 1. сообщение государственного телевидения о важнейшем международном событии;

2. вечернюю сказку матери ребенку;

3. письмо, которое человек читает полупшепотом;

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

· Хомячка (изобразите, как он выскользывает у вас из рук, бежит по плечу и т.д.)

· Кошку

· Змею (она опутывается вокруг вашей шеи)

· Слона

· Жирафа

Задача всей группы – угадать животное.

6. **Десять масок.** Каждую маску обязательно обсудите с группой.

1. Страх

2. Злость

3. Любовь (влюбленность)

4. Радость

5. Смирение

6. Раскаяние, угрызение совести

7. Плач

8. Стеснение, смущение

9. Раздумье, размышление

10. Презрение

11. Равнодушие

12. Боль

13. Сонливость

14. Прощение (вы кого-то о чем-то просите)

7. **Десять секунд**

8. а) встаньте в строй по росту, в алфавитном порядке (по фамилиям, именам), по цвету волос (от самых светлых к самым темным);

9. б) назовите самый дальний и самый близкий объекты в поле вашего зрения;

- 10.в) перечислите в аудитории все предметы определенного цвета и оттенка; предметы, названия которых начинаются с одной буквы алфавита;
11. **Зеркало.** Учащиеся разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением».
12. **Конфликт.** Показать несколько пластических мизансцен (в статике), изображающих конфликтную ситуацию. Найти внутреннее оправдание каждой мизансцене тела. Дать название конфликтным ситуациям.
13. **Марионетки (Подвески).** Учащимся предлагается представить себе, что они - куклы-марионетки, которые после выступления висят на гвоздиках в шкафу. «Представьте себе, что вас подвесил за руку, за палец, за шею, за ухо, за плечо и т.д. Ваше тело фиксировано в одной точке, все остальное - расслаблено, болтается».
14. **Метафоры (по С.В. Гиппиус)** Преподаватель произносит слово, например: «Гаснут...» Все учащиеся описывают, что они увидели на своем внутреннем экране (звезды, окна, силы, глаза...). Это упражнение совершенствует ассоциативное мышление и фантазию.
15. **Напряжение - расслабление.** Учащимся предлагается встать прямо и сосредоточить внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Через несколько секунд напряжение сбросить, руку расслабить. Прodelать аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясницей, шеей.
16. **Насос и мяч.** Учащиеся разбиваются на пары. Один – надувной мяч, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслаблено на полу. Другой – «накачивает» мяч воздухом с помощью насоса.
17. **Огонь - лед.** По команде ведущего «Огонь» учащиеся начинают интенсивные движения всем телом. По команде «Лед» учащиеся застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело.
18. **Оркестр.** Ведущий распределяет между участниками партии различных инструментов, состоящие из хлопков, топая, и всех возможных звуковых эффектов. Задачей участников является ритмически исполнить какое-либо известное музыкальное произведение (или сочиненную на месте

ритмическую партитуру) под руководством дирижера, управляющего громкостью общего звучания и вводящего и убирающего отдельные партии.

19. **Пулеметная очередь.** Участники садятся в круг и ведущий тремя хлопками задает темп пулеметной очереди (поначалу медленный), дойдя до максимума скорости, начинают также медленно ее снижать.

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

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

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

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

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

25. **Передача позы.** Участники становятся в шеренгу. Первый придумывает какую-либо сложную позу (остальные не видят какую) и по сигналу ведущего «передает» ее второму к третьему участнику и т. д.

26. Переключение внимания-2

27. Упражнение на переключение внимания протекает в такой последовательности:

28.1. Зрительное внимание: объект далеко (например, дверь).

29. **Пластилиновые куклы.** В ходе этюда вам предстоит превратиться в пластилиновую куклу.

Попугай в клетке. Итак, нужно сделать следующее:

- Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай)
- Ощупать ее руками
- Взять и переставить на другое место
- Подразнить попугая
- Найти дверцу и открыть ее

- Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу
- Погладить попугая (после этого он вас должен укусить)
- Одернуть руку
- Закрыть побыстрее клетку
- Помахать угрожающе пальцем
- Переставить клетку в другое место

30. **Последствия.**предлагается ответить на ряд парадоксальных вопросов.

31.Например:

32.· Что произойдет, если человек при желании сможет становиться невидимым?

33. **Предмет по кругу.** Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает учащимся предмет, учащиеся должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание.

34. **Прислушивание.** На каждое прислушивание дается по 2-3 минуты. После этого полезно обсудить услышанное. Это упражнение на внимание к себе, к своим ощущениям, к тому, что окружает человека извне.

35. **Пять скоростей.** «Нам предстоит сейчас превратиться в людей, у которых есть только пять скоростей движения. Первая скорость – самая медленная. Пятая скорость – почти бег.

36.**Растем.** «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли.

37.**Ритмы.** Педагог, или кто-либо из участников показывает ритм, состоящий из хлопков, топанья и т.п. звуковых эффектов. Группа повторяет.

38. **Сямские близнецы.** Учащиеся разбиваются на пары. Ведущий предлагает каждой паре представить себя сямскими близнецами, сросшимися любыми частями тела.

39. **Сколько человек хлопало?** Группа рассаживается в полукруг. Из учащихся выбираются «водящий» и «дирижер».

40. **Скульптор и глина.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них - скульптор, другой - глина

41.**Слушаем тишину.** Послушайте и расскажите, что делается.

42. **Согласованные действия.** Навыки взаимосвязи и взаимодействия хорошо тренируются упражнениями на парные физические действия. Учащимся предлагается выполнить этюды: - пилка дров; - гребля; - перемотка ниток; - перетягивание каната и т.д.
43. **Тень.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой - его Тенью.
44. **Упор.** «Подойдите, пожалуйста, к стене, упритесь в нее руками. Ноги на ширине плеч. По моей команде все пытаются расширить границы нашей комнаты. Сделать это можно, лишь раздвинув стены. Не забывайте о правильном дыхании. По хлопку сбрасываем мышечное напряжение и мгновенно расслабляемся. Готовы? Начинаем! Упираемся в стену, пробуем сдвинуть ее хотя бы на миллиметр. Помогаем себе голосом. Раз-два – еще упор! Хлопок! Расслабились! Взяли дыхание. А теперь еще раз – упор!
45. **Тренировка глазных мышц , губ, носа.**
46. **Фраза по кругу.** Группа - в полукруге. Ведущий предлагает учащимся фразу, смысл которой может меняться в зависимости от контекста. Каждый должен обратиться к соседу с этой фразой, наполнив ее определенной смысловой нагрузкой.
47. **Что было дальше?** Выбирается небольшое, хорошо известное участвующим литературное произведение, например, сказка «Репка», и выделяется группа, по численности равная количеству участвующих лиц. Им предлагается сымпровизировать, представляя в соответствующих образах то, что произошло после того, как репку вытянули.
48. **Чувства.** Учащиеся должны изобразить, то, что им предлагает преподаватель: радостную улыбку (приятная встреча); утешительную улыбку (все будет хорошо); счастливую улыбку (наконец-то, какой успех); удивленную улыбку (не может быть); огорченную улыбку (как же так, ну вот опять).
- 49.- Выразить одними глазами и бровями: огорчение, радость, осуждение, восхищение, строгую сосредоточенность, недовольство, удивление.
- 50.- Только жестами и мимикой выразить следующие задачи: прогнать, пригласить, оттолкнуть, привлечь, указать, остановить, предупредить.
- 51.- Выразить одним жестом: отвращение, ужас, благодарность.

52. **Эстафета.** Сочиняется вслух рассказ или стих. Метод - кольцовка. Услышав первую фразу, слушатель подхватывает ее и передает эстафету другому.

Приложение № 6

театральные игры и упражнения для снятия физических и психологических зажимов

ЦЕЛЬ:

- *Расширить возможности ребенка.*
- *Сформировать интерес к театральному творчеству, создать коллектив единомышленников и атмосферу доброжелательности, взаимного доверия.*
- *Научить ребенка снимать напряжение с отдельных групп мышц и всего тела.*

Универсальная разминка.

Все мышцы нужно в равной мере подготовить к работе. Предпочтительно разделить разминку на разогрев по уровням:

1. Голова, шея:
2. Плечи, грудная клетка:
3. Пояс, тазобедренная часть:
4. Ноги, руки.

1. Голова, шея

Упражнение 1

Исходное положение: стоя, тело расслаблено.

1 - голова опускается на грудь, максимально напрягаются мышцы шеи.

2 - голова возвращается на исходное положение.

3 - наклонить голову вправо.

4 - исходное положение.

5 - запрокинуть голову назад потянув мышцы шеи.

6 - исходное положение

7 - наклонить голову влево.

8 - исходное положение.

Упражнение 2

Исходное положение: стоя, тело расслаблено. На счет “раз” голова опускается на грудь. Не возвращаясь в исходное положение, на счет “два”,

“три”, “четыре” броском перевести голову вправо, назад, влево. Повторить 4 раза в одну и другую стороны.

Упражнение 3

Исходное положение: стоя, тело расслаблено. Голова плавно “сдвигается” в стороны, описывая круг, при этом выполняющий упражнения медленно приседает. При медленном вставании голова описывает круг в другую сторону.

2. Плечи, грудная клетка:

Упражнение 4

Исходное положение: стоя, мышцы максимально расслаблены.

1 поднять плечи вверх.

2 вывести плечи вперед.

3 опустить вниз.

4 отвести назад.

Повторить четыре раза.

Упражнение 5

Исходное положение: стоя, мышцы расслаблены.

Движение по схеме: крест. Квадрат, круг. И сдвиг параллельно полу.

КРЕСТ. Выполняется как горизонтальной, так и вертикальной плоскости.

ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ КРЕСТ: вперед - центр- вправо- центр- назад – центр- влево- центр.

ВЕРТИКАЛЬНЫЙ КРЕСТ: вверх – центр – вправо – центр – вниз – центр – влево – центр.

КВАДРАТ: вперед – вправо – назад – влево.

3. Пояс, тазобедренная часть:

Упражнение 6

Исходное положение ноги на ширине плеч, стопы параллельны друг другу.

Наклоны вперед, в правую и левую сторону При наклоне вперед спина должна быть, даже немного выгнутая. При вставании спина прогибается в обратную сторону, похожа на “горбик”. При наклоне в правую и левую стороны плечи развернуты параллельно полу, ноги остаются в исходном положении.

Упражнение 7

Разминка тазобедренной части (пелвиса)

Основные виды движений;

1. Вперед – назад;
2. Из стороны в сторону;
3. Подъем бедра вверх (движется внешняя передняя сторона тазобедренного сустава)

Техника исполнения движений:

1. При движении вперед пелвис чуть приподнимается и резко посылается вперед. При движении назад поясница остается на месте. Колени согнуты и направлены точно вперед (очень важно сохранять неподвижность коленей при движении).
2. Движение из стороны в сторону может быть двух видов: просто смещение из стороны в сторону, не повышая и не понижая пелвиса, или движение по дуге (полукругу), Такое движение обычно используется во время свингового раскачивания пелвиса из стороны в сторону.
3. Вариант на развитие координации движений.

Во время выполнения движений подключить движения головы.

Бедра идут вперед – голова опускается, бедра идут в сторону – голова наклоняется в правую или левую сторону, бедра – назад – голова откидывается назад.

4. Ноги, руки.

Упражнение 8

Исходное положение: сесть на корточки, правую прямую ногу вытянуть в сторону. На счет “раз – два” плавно перенести вес тела на правую ногу; левую вытянуть. При переносе веса тела с ноги на ногу необходимо держаться как можно ближе к полу. На счет “три – четыре” руки согнуть в локтях, локти поставить на пол около ноги, на которую перенесен вес тела.

Упражнение 9

“ Пальма”

Цель: Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

Помочь ребенку раскрепоститься и ощутить возможности своего тела можно с помощью разнообразных ритмопластических театральных упражнений и игр.

Коллективные упражнения

Упражнение 10

Превращения “Песок” “Камень”

Цель: Снять напряжение со всего тела.

Упражнение 11

“Буратино и Пьеро”

Цель: Развивать умение правильно напрягать и расслаблять мышцы.

Упражнение 12

“Марионетки 1”.

Цель: Снятие зажимом с частей тела.

Руки подняты вверх и по хлопку освобождаются мышцы кистей. Локтей, плеч, головы, поясницы. Ног, а потом в обратном порядке все “ниточками” поднимается наверх.

Упражнение 13

“Ледяная фигура”

Цель: Умение напрягать и расслаблять мышцы шеи, рук, ног и корпуса.

Упражнение 14

“ Марионетки”

Цель: Развивать умение владеть своим телом, ощущать импульс.

Упражнение 15

“Зернышко”

Цель: Тренировать веру, фантазию и пластическую выразительность.

Упражнение 16

“ Мокрые котята”

Цель: Умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса.

Упражнение 17

“Веревочка”

Цель: Снятие зажимом с частей тела.

Руководитель по хлопку дергает за веревочку:

- Кончик носа;
- Правое плечо;
- Левое плечо;
- Живот (область пупка);
- Правое колено;
- Левое колено.

Упражнение 18

“Выстрелы”

Руководитель обозначает место, куда производится выстрел (живот, плечо левое, плечо правое, нога левая, нога правая, спина). Участники походят по ковру, и в любой неожиданный для них момент раздается хлопок (выстрел). Необходимо точно “поймать” “пулю” и отыграть ее.

Упражнение 19

“Мертвец”.

Цель: Снятие зажимом с частей тела.

Участники садятся на стулья и стараются последовательно освободить мышцы. Порядок: пальцы рук, кисти рук, плечи и предплечья, голова, тело, колени, стопы, пальцы ног. Затем в обратном порядке начинаем напрягать мышцы.

Упражнение 20

“Жизнь бабочки”.

Цель: Снятие зажимом с частей тела. Пластика тела.

Упражнение 21

1. Стоя на месте:

- Потянуться вверх (яблоко);
- В сторону (что-то достать);
- Вперед (дотянуться до чего-то);
- Вниз (шнурки)

2. Пройти в “окраске”:

- Осторожности;
- Любопытства;

- Угрозы;
- Тревоги.

3. “Хожу”, чтобы:

- согреться;
- размяться;
- высохнуть;
- чтобы обратили внимание на новый костюм.