



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного
образования
Детско-юношеский творческий центр «Васильевский остров»
Санкт-Петербурга**

Методическая разработка к дополнительной общеразвивающей программе
«Воспитание театром»

**РАЗВИТИЕ АКТЕРСКОЙ ФАНТАЗИИ И ВООБРАЖЕНИЯ. ТРЕНИНГ АКТЕРСКОЙ
ПСИХОТЕХНИКИ**

Разработчик:
Сарамуд Ирина Александровна,
педагог дополнительного образования

Содержание

Пояснительная записка	3
Игровое задание «Вот такой я сегодня!»	3
Упражнение «По команде «3-15»	3
Упражнение «Самолет»	3
Упражнение «Опасная дорога»	3
Упражнение «Зажимы по кругу»	4
Игровое задание «Загадки-ситуации»	4
Упражнение «Телеграмма»	4
Упражнение «Насос»	4
Упражнение «Морской узел»	5
Упражнение «Пластическая разминка»	5
Упражнение «Мини-истории для одного актера»	5
Упражнение «Мини-истории для двух актеров»	5
Задание «Презентация»	5
Общий этюд «Групповой узор»	5
Общий этюд «Фотография»	6
Игра «Аплодисменты по кругу»	6
Список литературы	6

Пояснительная записка

В освоении актерской профессии важнейшую роль играет тренинг актерской психотехники. Как музыкант настраивает свой инструмент, так актер настраивает на работу свои «инструменты» - тело, голос, нервы, темперамент. Достоверное сценическое действие возможно лишь при условии безукоризненного владения всей палитрой своих психофизических данных. Неуклонное совершенствование этих данных, согласно системе К.Станиславского, составляет содержание раздела «работа актера над собой» и дает ему возможность органического существования на сцене вне зависимости от вдохновения. Одним из главных условий успеха такого тренинга является методика его проведения.

Цель: развитие актерских способностей воспитанников театрального объединения посредством актерских упражнений, игровых и творческих заданий.

Задачи:

Обучающие

- освоение основ актерского тренинга;
- пополнение словарного запаса воспитанников основными понятиями и терминами;
- относящимися к театральному искусству.

Развивающие

- развитие личностно–творческих способностей;
- развитие возможности эмоциональной сферы и умения выражать эмоции;
- формирование способности к импровизации;
- снятие внутренних зажимов.

Воспитательные

- формирование навыков коллективного творческого дела;
- воспитание культуры общения в коллективе, ответственного отношения к работе;
- воспитание исполнительской и зрительской культуры.

ИГРОВОЕ ЗАДАНИЕ «ВОТ ТАКОЙ Я СЕГОДНЯ!»

Выполняется на стульчиках, расставленных по кругу. Цель упражнения: выявить настроение каждого ребёнка, установить доброжелательную атмосферу на занятии. Педагог первым выходит в круг и произносит фразу: «Вот такая я сегодня!». Ну, что ж, настроение, вижу, у вас отличное. А у кого не очень – думаю, скоро изменится. Потому что, внимание, прямо сейчас мы отправляемся в путешествие на удивительный необитаемый остров. Для путешествия нам понадобятся дружная компания и отличное настроение! Попробуем выяснить, слаженная ли мы команда.

УПРАЖНЕНИЕ «ПО КОМАНДЕ «3-15»

Выполняется на стульчиках, расставленных по кругу. Я буду показывать некоторое количество пальцев на одной руке или на двух. В тот же момент должны встать столько участников, сколько пальцев я покажу. Присесть они смогут только после того, как я покажу новое количество пальцев.

Молодцы, справились! Поэтому, улыбнитесь, сядьте поудобнее. Наш самолет к вылету готов! А вы готовы? Тогда вперед, я буду старшим пилотом. Выполняем упражнение «Самолет».

УПРАЖНЕНИЕ «САМОЛЕТ»

Первый участник выходит в круг и начинает свое действие, изображая самолет. Второй после секундного раздумья подстраивается к движению первого. Далее третий. Творческая цепочка продолжает действовать до тех пор, пока последний участник не подключится к упражнению. В процессе выполнения упражнения можно произносить разные звуки, подходящие по ситуации.

УПРАЖНЕНИЕ «ОПАСНАЯ ДОРОГА»

Вот мы и приземлились. На необитаемом острове нам следует тихо и незаметно пробраться через джунгли, чтобы не привлечь внимания хищных животных. Поэтому двигаться придется совершенно бесшумно. Мы проходим по топкому болоту. Идем по кочкам, след в след,

чтобы не провалиться. Дальнейший наш путь – по заросшим джунглям, раздираем лианы руками и пробиваем проход топориками. А теперь нам предстоит пройти по тонкому бревну через бурлящую реку! Условием упражнения является полная бесшумность исполнения.

Мы очень устали. Но идти предстоит долго. Мы должны научиться расслаблять и зажимать мышцы в движении.

УПРАЖНЕНИЕ «ЗАЖИМЫ ПО КРУГУ»

Выполняется в движении по кругу. По моей команде вы напрягаете заданный мной участок тела: левую руку, левую ногу, правую руку, правую ногу, поясницу, обе ноги, и, наконец, все тело. Напряжение сначала слабое, но постепенно нарастает до предела. В состоянии предельного напряжения вы продолжаете ходьбу в течение 15-20 секунд, затем по моей команде полностью сбрасываете напряжение, расслабляете напряжение тела полностью.

И вот, наконец, мы вышли к роскошному океану! Добрались в полном составе, без происшествий. Здесь мы остановимся и передохнем.

ИГРОВОЕ ЗАДАНИЕ «ЗАГАДКИ-СИТУАЦИИ»

Выполняется на стульчиках.

На необитаемом острове нам придется вскоре принимать непростые решения. Поэтому, пока отдыхаем, приведем в порядок мысли, потренируем ум и воображение. Я предложу вам ситуацию, которую необходимо прояснить. Вы попытаетесь восстановить ход событий, выяснить недостающую информацию и постараетесь ее разгадать. Для этого вы задаете мне вопросы, на которые получите ответы только «Да», «Нет», «Не имеет значения». На разгадывание следующей ситуации ведущим будет выбран кто-то из вас.

Примеры ситуаций. 1. От тщеславия она лишилась пищи (ворона). 2. Я встретил её случайно. Я пытался её достать, но она уходила всё дальше. Я принёс её домой в руке (заноза).

УПРАЖНЕНИЕ «ТЕЛЕГРАММА»

Выполняется на стульчиках.

Теперь, когда мысли приведены в порядок, нам следует отправить домой телеграмму с сообщением о том, что долетели, все хорошо и впечатления от острова просто восхитительные. Каждому по очереди надо произнести предложение, в котором используется слово:

океан;
пальма;
кокос;
солнце;
джунгли;
звери;
ноги и т. д.

У нас получилась замечательно содержательная телеграмма.

УПРАЖНЕНИЕ «НАСОС»

Цель: задания на взаимодействие, на расслабление-напряжение мышц. Выполняется попарно.

На необитаемом острове пора разбить лагерь и подумать о ночлеге. А для этого требуется надуть надувные матрасы. Для выполнения этой задачи вам понадобится партнер, что станет замечательным способом для установления психологического контакта. На «кокосы-бананы» рассчитайсь! «Бананы» будут у нас сдутыми надувными матрасами, а «кокосы» станут их надувать. Давайте встанем лицом друг к другу и «накачаем» воображаемым насосом матрасы: ритмично наклоняясь вперед, произносить на выдохе долгое «С-С-С-С», «С-С-С-С», «С-С-С-С».

Матрас потихоньку наполняется воздухом, его части распрямляются, выравниваются, пока он не напрягается настолько, что может лопнуть. Тогда матрас «сдувают», вынимая из него насос, и он «опадает». Партнеры меняются местами. Это упражнение за короткое время помогает научиться чувствовать партнера, понимать логику его движений.

УПРАЖНЕНИЕ «МОРСКОЙ УЗЕЛ»

Выполняется, стоя в кругу.

На необитаемом острове пора ставить палатки. Необходимо закрепить палатки настоящим морским узлом. Давайте встанем в круг и возьмемся за руки. Но что-то пошло не так. Завязывая узел, мы запутали канаты. Один из вас попробует канаты распутать. По моей команде он отвернется, остальные одновременно запутываются, не разнимая рук. Задача – распутать сложный морской узел.

УПРАЖНЕНИЕ «ПЛАСТИЧЕСКАЯ РАЗМИНКА»

Выполняется, стоя в кругу.

Теперь, когда мы разбили лагерь, можно поделиться друг с другом впечатлениями от необитаемого острова. Для обмена мнениями прошу всех встать. Но обмениваться впечатлениями будете не вы, а ваши части тела.

Вместо вас говорят:

плечи – я горжусь, что я здесь;

спина – я очень устал;

нос – я чувствую какой-то подозрительный запах;

палец – в ту сторону ходить не стоит;

глаза – где бы найти еду;

рот – я люблю бананы;

ухо – слышу пенье птицы.

УПРАЖНЕНИЕ «МИНИ-ИСТОРИИ ДЛЯ ОДНОГО АКТЕРА»

Задание – изобразить пластически и с помощью мимики мини-историю о жизни на нашем необитаемом острове. Остальные участники пытаются угадать.

Ты пишешь письмо с острова домой:

1) тебе здесь нравится;

2) умоляешь забрать тебя отсюда;

3) тебе приходится кушать то, что не нравится.

УПРАЖНЕНИЕ «МИНИ-ИСТОРИИ ДЛЯ ДВУХ АКТЕРОВ»

А теперь задание сразу для двух актеров! Ваша задача разыграть без слов мини-историю. Сюжет прост: На необитаемом острове вы вдвоем принимаете пищу. Один чем-то угощает, а другой кушать это не хочет, пытается выплюнуть пищу, пока первый отвернулся, или незаметно переложить обратно в тарелку первого и т.д. Задание для всех остальных – угадать, что же происходит.

ЗАДАНИЕ «ПРЕЗЕНТАЦИЯ»

Представим себе, что на берегу океана нами обнаружены обломки кораблекрушения: старый носок, пустая консервная банка, лопнувший шарик, перегоревшая лампочка. Нашей задачей является найти применение этим предметам в нашей жизни на острове и представить презентацию этих предметов. Время на подготовку – 5 минут. Делимся на группы.

ОБЩИЙ ЭТЮД «ГРУППОВОЙ УЗОР»

Всё бы хорошо, но налетает ураган и начинается тропический ливень. Начинаем быстрое спонтанное движение по всему свободному пространству. Не сталкиваемся! Уступаем друг другу дорогу. Избегаем даже касания с партнерами! Я буду называть цифру. После того как цифра прозвучала, ваша задача — с максимальной быстротой разбиться на группы, равные по числу участников названной цифре. Прозвучала цифра «три» — разбились на группы по три участника в группе, «пять» — в кратчайший срок разбились на пятерки.

Но вот ливень закончился. Выглянуло солнышко. Нам осталось только сделать фото на память о нашем путешествии.

ОБЩИЙ ЭТЮД «ФОТОГРАФИЯ»

Сейчас я выберу фотографа, который построит всех на одну общую фотографию, причем это могут быть не только люди, это могут быть экзотические животные, необычайные растения. В конце у нас должна получиться одна общая фотография под названием «Привет с необитаемого острова». А по моему хлопку фотография оживет.

ИГРА «АПЛОДИСМЕНТЫ ПО КРУГУ»

По театральной традиции актеров награждают аплодисментами. И тем они сильнее, чем более, по вашему мнению, актер их заслужил. Игра, в ходе которой аплодисменты звучат сначала тихо, а потом все сильнее и сильнее. Я начну аплодировать, глядя на одного из участников и подходя к нему. Далее уже этот участник выбирает из группы следующего, кому мы будем аплодировать вдвоем с ним. Третий выбирает четвертого и так далее. Последнему участнику, таким образом, аплодирует вся группа.

«Театр – это улей. Одни пчелы строят соты, другие собирают цвет, третьи воспитывают молодое поколение, – говорил К.С. Станиславский, – а у всех вместе получается чудесный ароматный продукт их работы – мед... Но для этого нужно постоянно, изо дня в день, много, упорно, а главное дружно работать...».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Гипшиус С.В. Актерский тренинг. Гимнастика чувств. – Спб., 2020.
- Ершова А.П. «Уроки театра на уроках в школе: Театральное обучение школьников I-XI классов». М. НИИ художественного воспитания, 1990.
- Стеценко В.М. Сто уроков театра: Учеб.-метод. пособие / ЧГАКИ, Челябинск, 2013. - 42 с.
- Чурилова, Э.Г. Методика и организация театрализованной деятельности школьников / Э.Г. Чурилова.– М.: ВЛАДОС. – 2020.
- Колчеев Ю.В., Колчеева Н.М. Театральные игры в школе. М.: Школьная пресса. – 2010.
- Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: Просвещение, 2019.