

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя школа с.
Чертановка Кузоватовского района Ульяновской области

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 20.08.2025

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ СШ с.Чертановка
_____ О.Е.Кудряшова
Приказ № 138 от 20.08.2025

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Школьный театр»**

Возраст обучающихся: *10-12 лет*
Срок реализации: *1 год*
Уровень программы: *стартовый*

Разработчик программы:
*Педагог дополнительного образования
Лукьянова Светлана Александровна*

с.Чертановка, 2025 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Планируемые результаты освоения программы	6
1.4. Учебно-тематический план	7
1.5. Содержание учебно-тематического плана	9
2. Комплекс организационно-педагогических условий	14
2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Формы аттестации/контроля	19
2.3. Оценочные материалы	19
2.4. Методическое обеспечение программы.....	20
2.5. Условия реализации программы.....	25
2.6. Воспитательный компонент	26
3. Список литературы	28

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Школьный театр" разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Локальные акты образовательной организации:

Устав образовательной организации МОУ СШ с.Чертановка;

Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МОУ СШ с.Чертановка;

Положение о порядке проведения входного, текущего контроля, итогового контроля освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в МОУ СШ с.Чертановка.

Направленность (профиль): художественная

Актуальность программы:

В основе программы лежит идея использования потенциала театральной педагогики, позволяющей развивать личность ребёнка, оптимизировать процесс развития речи, голоса, чувства ритма, пластики движений; через знакомство и приобщение детей к театральному искусству обеспечивается совершенствование процесса развития и осуществляется подъем духовно-нравственной культуры обучающихся.

Отличительные особенности программы:

Театральное искусство своей многомерностью, своей многоликостью и синтетической природой способно помочь ребёнку раздвинуть рамки постижения мира. Увлечь его добром, желанием делиться своими мыслями, умением слышать других, развиваться, творя и играя. Ведь именно игра есть непреходящий атрибут театрального искусства, и вместе с тем при наличии игры

дети и педагоги взаимодействуют, получая максимально положительный результат

Новизна программы:

учебно-воспитательный процесс осуществляется через различные направления работы: воспитание основ зрительской культуры, развитие навыков исполнительской деятельности, накопление знаний о театре, которые переплетаются, дополняются друг в друге, взаимно отражаются, что способствует формированию нравственных качеств у воспитанников объединения;

особую роль для художественного воспитания ребенка имеет «практика» - собственная практика ребенка, его предметная деятельность. Театр является именно таким местом, где ребенок может иметь данную практику. На занятиях по программе «Школьный театр» обучающийся имеет возможность высказать свое мнение и осуществить свой замысел, тем самым, раскрывая свою индивидуальность.

Адресат программы:

Программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте 10-12 лет.

Принимаются все желающие на основании заявления от родителя (законного представителя). Состав учебной группы постоянный разновозрастной.

Дети 10-12 лет (учащиеся 5-6 классов) находятся в переходном возрасте – от младшего возраста к подростковому. Ведущая деятельность - социально-значимая.

Характеристика возрастной группы: 10 – 11-летние дети имеют более устойчивое и сосредоточенное внимание, более развитое мышление и память. Шире представление о жизни, характерах и отношениях людей. Им доступно в известных границах понимание специфики отдельных видов искусства, в частности театрального. У них появляется в большей мере интерес к жизни и творчеству деятелей искусства. *Задача педагога* помочь в поиске и выборе, развить мотивацию к избранному виду деятельности. Роль педагога в использовании более широкого круга пьес. В разделе функций между членами театрального объединения (художники, костюмеры, рабочие сцены). Причём к специальным функциям, дети приходят исключительно из своих интересов.

12 - 14- летние воспитанники более определены в своих интересах, стремлениях и вкусах. Общий кругозор и достаточно большой опыт, проявляющийся в оценке различных фактов, действий, событий – даёт возможность формирования правильного восприятия комического, трагического, возвышенного и героико-романтического, к созданию литературно – драматических композиций. *Задача педагога* сформировать у детей желание продуцирования: искать, изменять, приспособлять механизмы ориентации и адаптации в преобразовании внешней среды.

Уровень освоения программы: стартовый

Наполняемость группы: 5-12 человек

Объем программы: 34 часа

Срок освоения программы: 1 учебный год.

Режим занятий: 1 раз в неделю.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебным планом в разновозрастной группе обучающихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Обеспечение эстетического, интеллектуального, нравственного развития воспитанников. Воспитание творческой индивидуальности ребёнка, развитие интереса и отзывчивости к искусству театра и актерской деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить с историей зарождения театрального искусства;
- помочь в овладении теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками в области театральной деятельности.

Развивающие:

- развить познавательные процессы: внимание, воображение, память, образное и логическое мышление;
- развить речевые характеристики голоса: правильное дыхание, артикуляцию, силу голоса; мышечную свободу; фантазию, пластику. развить творческие и организаторские способности;
- активизировать познавательные интересы, самостоятельность мышления.

Воспитательные:

- приобщить к духовным и культурным ценностям мировой культуры, к искусству;
- воспитать эстетический вкус;
- сформировать у дошкольников нравственное отношение к окружающему миру, нравственные качества личности;
- сформировать адекватную оценку окружающих, самооценку, уверенность в себе.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные образовательные результаты:

Учащиеся научатся

- читать, соблюдая орфоэпические и интонационные нормы чтения;
- выразительному чтению;
- различать произведения по жанру;
- развивать речевое дыхание и правильную артикуляцию;
- видам театрального искусства, основам актёрского мастерства;
- сочинять этюды по сказкам;
- умению выражать разнообразные эмоциональные состояния (грусть, радость, злорадство, удивление, восхищение)

Метапредметные результаты:

Учащиеся научатся

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над пьесой;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки

Личностные результаты:

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- целостность взгляда на мир средствами литературных произведений;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта слушания и заучивания произведений художественной литературы;
- осознание значимости занятий театральным искусством для личного развития.

1.3. Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля (Текущий и тематический)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Опрос, Игра «Продолжи...». Входной контроль.
2.	Раздел 2. Основы театральной культуры	4	2	2	
2.1	Тема № 1. «Зарождение искусства»	1	0,5	0,5	Театр-экспромт «Перед охотой на динозавра». Наблюдение
2.2	Тема № 2. «Театр как вид искусства»	1	0,5	0,5	Кроссворд «Виды искусства». Игра «Соедини картинки».
2.3	Тема № 3. «Театр и зритель»	1	0,5	0,5	Викторина «Этикет в театре».
2.4	Тема № 4. «Театральное закулирье»	1	0,5	0,5	Загадки, творческое задание «Эскиз костюма сказочного героя».
3.	Раздел 3. Техника и культура речи.	9	4,5	4,5	
3.1	Тема № 1. «Речевой тренинг»	1	0,5	0,5	Речевые упражнения, чтение стихотворений, скороговорок. Викторина «Особенности голоса». Упражнения на дыхание и правильность осанки. Конкурс стихотворений, скороговорок.
	Тема № 2. «Строение голосового-речевого аппарата»	1	0,5	0,5	
	Тема № 3. «Дыхательная гимнастика»	1	0,5	0,5	
	Тема № 4. «Артикуляционная гимнастика»	1	0,5	0,5	
	Тема № 5. «Разогревающий массаж»	1	0,5	0,5	

	Тема № 6. «Интонационная выразительность»	1	0,5	0,5	
3.2	Тема № 7. Работа над литературно-художественным произведением	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль. Наблюдение, конкурс чтецов.
	Тема № 8. «Основной сюжет»	1	0,5	0,5	Наблюдение, конкурс чтецов.
	Тема № 9. «Инсценировка произведения»	1	0,5	0,5	Выполнение контрольных заданий
4	Раздел 4. Ритмопластика.	6	3	3	
4.1	Тема №1. «Пластический тренинг»	1	0,5	0,5	Контрольные упражнения.
	Тема №2. «Этюд и его виды»	1	0,5	0,5	Викторина «Понятие этюд и его компоненты»
	Тема №3. «Парные этюды»	1	0,5	0,5	Контроль за выполнением этюдов.
4.2	Тема №4. «Пластический образ персонажа»	1	0,5	0,5	«Домашние животные», творческие задания – пластические импровизации.
	Тема №5. «Возрастные особенности персонажа»	1	0,5	0,5	Конкурс на изображение сказочных этюдов
	Тема №6. «Характерные особенности персонажа»	1	0,5	0,5	Контроль за выполнением этюдов. «Домашние животные»
5	Раздел 5. Актерское мастерство.	5	2,5	2,5	
	Тема №1. «Организация внимания, воображения, памяти»	1	0,5	0,5	Наблюдение, контрольные упражнения.
	Тема №2. «Сценическое действие»	1	0,5	0,5	Этюд, миниатюра.
	Тема №3. «Легатированное движение»	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
	Тема №4. «Творческая	1	0,5	0,5	Театрализованное представление.

	мастерская»				
	Тема №5. «Сочинение сказок на различные темы»	1	0,5	0,5	Театрализованное представление
6	Раздел 6. Работа над пьесой и спектаклем.	7	1,5	5,5	
6.1	Тема №1. «Выбор пьесы. Анализ пьесы по событиям»	1	0,5	0,5	Опрос.
6.2	Тема №2. «Выразительность речи, мимики, жестов».	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение, анализ.
6.3	Тема №3. «Изготовление реквизита, декораций».	2	0,5	1,5	Творческое задание.
6.4	Тема №4. Прогонная репетиция.	1	0	1	Прогон спектакля, педагогическое наблюдение, анализ.
6.5	Тема №5. Генеральная репетиция	1	0	1	Педагогическое наблюдение, анализ.
6.6	Тема №6. «Показ спектакля».	1		1	Показ спектакля
7.	Раздел 7. Итоговое занятие.	1	0	1	Творческие задания. Итоговый контроль.
	ИТОГО	34ч.	14,5 ч.	19,5 ч.	

1.4. Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Вводное занятие (2ч)

Теория. Знакомство с коллективом. Обсуждение плана работы на год. Требования к знаниям и умениям. Требования к нормам поведения. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Игра «Снежный ком», «Знакомство-дразнилка». Выявление уровня и объема знаний о театре. Игра «Продолжи...». Особенности занятий в театральной студии. Театр - коллективное творчество. Игра «Клубок».

Раздел 2. Основы театральной культуры (4 ч)

2.1. Зарождение искусства. (1ч)

Теория. Обряды и ритуалы в первобытном обществе. Зарождение искусства. Просмотр презентации, видеофильма («Театральная Фа-соль-ка», канал «Карусель»).

Практика. Игра «Путешествие на машине времени».

2.2. Театр как вид искусства.(1ч)

Теория. Виды искусства (литература, музыка, живопись). Театр как вид искусства. Особенности театрального искусства. Отличие театра от других видов искусства. Виды и жанры театрального искусства. Презентация «Виды театрального искусства».

Театральные термины: Театр, Опера, Балет, Кукольный Театр.

Практика. Просмотр отрывков из спектаклей (кукольный театр, драматический театр, театр оперы и балета).

2.3. Театр и зритель.(1ч)

Теория. Этикет в театре. Культура восприятия театральной постановки. Анализ постановки.

Практика. Театральная гостиная. Просмотр в/записи спектакля (детский спектакль).

Театральные термины: Спектакль, Этикет, Премьера, Аншлаг, Билет, Афиша, Акт, Антракт, Капельдинер.

2.4. Театральное закулисье.(1ч)

Теория. Театр-здание. Устройство сцены и зрительного зала. Театральные профессии. Просмотр презентации «В театре» (в/ф «Путешествие в театр»).

Театральные термины: Сцена, Актер, Режиссер, Бутафор, Грумер. *Практика.* Творческая мастерская «Мы - художники».

Раздел 3. Техника и культура речи. (9 ч)

3.1. Речевой тренинг. (6ч)

Теория. Рождение звука. Строение речевого аппарата. Дыхание и голос. Постановка дыхания. Артикуляция и дикция. Звукоряд. Гласные, согласные. Свойства голоса. Тон. Тембр. Интонация. Расширение диапазона и силы голоса. Полетность голоса.

Практика. Речевой тренинг: дыхательная гимнастика. Артикуляционная гимнастика: упражнения для языка, челюсти, губ. Дикционные упражнения. Упражнения на развитие речевых характеристик голоса. Чистоговорки, скороговорки, потешки, небылицы, стихи.

3.2. Работа над литературно-художественным произведением.(3ч)

Теория. Орфоэпия. Нормы произношения. Говорим правильно. Логико-интонационная структура речи. Интонация, паузы, логические ударения.

Практика. Работа над литературным текстом (стихотворение, произведения фольклора). Выбор произведения. Индивидуальная и подгрупповая работа над выбранным материалом. Аудиозапись и прослушивание. Самоанализ творческой работы. Конкурс чтецов.

Раздел 4.Ритмопластика.(6ч)

4.1. Пластический тренинг. (3ч)

Теория. Пластическая выразительность.

Практика. Ритмопластический тренинг: Осанка. Построение позвоночника.

Развитие индивидуальности. Коммуникабельность и избавление от комплексов.

Разминка, настройка, освобождение мышц от напряжения и зажимов, релаксация.

4.2. Пластический образ персонажа.(3ч)

Теория. Музыка и движение. Темп и ритм. Эмоциональное восприятие музыки через пластику тела.

Практика. Пластический образ живой и неживой природы. Просмотр д/ф о природе, животных. Пластические импровизации на музыкальную тему. Пластические импровизации на смену настроения. Пластические импровизации на передачу образа животных.

Раздел 5.Актерское мастерство.(5 ч)

5.1. Организация внимания, воображения, памяти. (1ч)

Теория. Внимание. Воображение. Память. Снятие зажимов и комплексов. Развитие фантазии и воображения.

Практика. Актерский тренинг: Общеразвивающие и театральные игры и упражнения. Упражнения на коллективность творчества.

5.2. Сценическое действие.(2ч)

Теория. Действие - язык театрального искусства. Целенаправленность и логика действия. Связь предлагаемых обстоятельств с поведением. «Я в предлагаемых обстоятельствах». Этюд. Виды этюдов. Элементы бессловесного действия. «Вес». «Оценка». «Пристройка».

Театральные термины: «действие», «предлагаемые обстоятельства», «событие», «этюд», «вес», «оценка», «пристройка».

Практика. Практическое овладение логикой действия. Упражнения и этюды. Выбор драматического отрывка (миниатюры). Этюдные пробы. Анализ. Показ и обсуждение.

5.3. Творческая мастерская.(2ч)

Теория. Работа над созданием образа сказочных персонажей. Характер, речь персонажа, походка. Костюм и грим.

Практика Театрализованное представление. Работа со зрителем: проведение конкурсов и игр. Изготовление реквизита, костюмов. Репетиции. Творческий показ. Анализ работы и обсуждение.

Раздел 6.Работа над пьесой и спектаклем.(7ч)

6.1.Выбор пьесы. Анализ пьесы по событиям.(1ч)

Теория. Знакомство с пьесой. Обсуждение пьесы. Что понравилось. Какие вызвала чувства. Анализ пьесы по событиям.

Практика. Работа за столом. Выделение в событии линии действий. Определение мотивов поведения, целей героев. Выстраивание логической цепочки.

6.2. Выразительность речи, мимики, жестов.(1ч)

Теория. Работа над созданием образа, выразительностью и характером персонажа. *Практика.* Поиск выразительных средств и приемов. Выбор музыкального оформления. Подбор грима.

6.3. Изготовление реквизита, декораций.(2ч)

Теория. Знакомство с видами декораций.

Практика. Эскизы декораций и костюмов. Оформление сцены. Изготовление костюмов, реквизита, декораций.

6.4.-6.5 Прогонные и генеральные репетиции.(2ч)

Теория. Анализ проделанной работы.

Практика. Репетиции как творческий процесс и коллективная работа на результат с использованием всех знаний, навыков, технических средств и таланта.

6.6. Показ спектакля.(1ч)

Практика. Премьера. Показ спектакля зрителю (родителям (законным представителям несовершеннолетнего учащегося)). Творческие встречи со зрителем. Анализ показа спектакля. Оформление альбома «Наш Театр».

7.Итоговое занятие.(1ч)

Практика. Подведение итогов обучения. Творческие задания: Викторина о театре,

тест на знание специальной терминологии, творческие задания по речи, ритмопластике и актерскому мастерству. Лучшие творческие работы за год. Награждение.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Место проведения: кабинет русского языка и литературы, актовый зал школы

Время проведения занятий: 15.00-15. 40

Год обучения: 2025-2026

Количество учебных недель: 34

Количество учебных дней: 34

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 01.09.2025 -26.12. 2025

2 полугодие – 11.01. 2026- 27.05.2026

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Месяц	Примечание
Раздел 1. Вводное занятие (2ч)						
1-2	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности	2	Беседа, игра.	Опрос, Игра «Продолжи...». Входной контроль.	сентябрь	
Раздел 2. Основы театральной культуры (4 ч)						
3	Тема № 1. «Зарождение искусства»	1	Беседа. Просмотр видеосюжета	Театр-экспромт «Перед охотой на динозавра». Наблюдение	сентябрь	
4	Тема № 2. «Театр как вид искусства»	1	Комбинированное занятие. Просмотр видеосюжета	Кроссворд «Виды искусства». Игра «Соедини	сентябрь	

				картинки».		
5	Тема № 3. «Театр и зритель»	1	Комбинированное занятие. Просмотр видеосюжета	Викторина «Этикет в театре».	октябрь	
6	Тема № 4. «Театральное закулирье»	1	Комбинированное занятие.	Загадки, творческое задание «Эскиз костюма сказочного героя».	октябрь	
Раздел 3. Техника и культура речи. (9 ч)						
7	Тема № 1. «Речевой тренинг»	1	Практическое занятие	Речевые упражнения, чтение стихотворений, скороговорок. Викторина «Особенности голоса». Упражнения на дыхание и правильность осанки. Конкурс стихотворений, скороговорок.	октябрь	
8	Тема № 2. «Строение голосового-речевого аппарата»	1	Комбинированное занятие		ноябрь	
9	Тема № 3. «Дыхательная гимнастика»	1	Комбинированное занятие		ноябрь	
10	Тема № 4. «Артикуляционная гимнастика»	1	Комбинированное занятие		ноябрь	
11	Тема № 5. «Разогревающий массаж»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.		ноябрь	
12	Тема № 6. «Интонационная выразительность»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.		декабрь	
13	Тема № 7. Работа над литературно-художественным произведением	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Промежуточный контроль. Наблюдение, конкурс чтецов.	декабрь	
14	Тема № 8. «Основной сюжет»	1	Просмотр видеосюжета Беседа, игра.	Наблюдение, конкурс чтецов.	декабрь	
15	Тема № 9. «Инсценировка произведения»	1	Просмотр видеосюжета.	Выполнение контрольных	декабрь	

			Беседа, игра.	заданий		
Раздел 4. Ритмопластика.(6ч)						
16	Тема №1. «Пластический тренинг»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Контрольные упражнения.	Январь	
17	Тема №2. «Этюд и его виды»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Викторина «Понятие этюд и его компоненты»	Январь	
18	Тема №3. «Парные этюды»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Контроль за выполнением этюдов. «Домашние животные», творческие задания – пластические импровизации.	Январь	
19	Тема №4. «Пластический образ персонажа»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.		февраль	
20	Тема №5. «Возрастные особенности персонажа»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Конкурс на изображение сказочных этюдов	февраль	
21	Тема №6. «Характерные особенности персонажа»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Контроль за выполнением этюдов. «Домашние животные»	февраль	
Раздел 5. Актерское мастерство.(5 ч)						
22	Тема №1. «Организация внимания, воображения, памяти»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Наблюдение, контрольные упражнения.	март	

23	Тема №2. «Сценическое действие»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Этюд, миниатюра.	март	
24	Тема №3. «Легатированное движение»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Педагогическое наблюдение	март	
25	Тема №4. «Творческая мастерская»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Театрализованное представление.	март	
26	Тема №5. «Сочинение сказок на различные темы»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Театрализованное представление	апрель	
Раздел 6. Работа над пьесой и спектаклем. (7 ч)						
27	Тема №1. «Выбор пьесы. Анализ пьесы по событиям»	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Опрос.	апрель	
28	Тема №2. «Выразительность речи, мимики, жестов».	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Педагогическое наблюдение, анализ.	апрель	
29-30	Тема №3. «Изготовление реквизита, декораций».	2	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Творческое задание.	апрель	
31	Тема №4. Прогонная репетиция.	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Прогон спектакля, педагогическое наблюдение, анализ.	май	
32	Тема №5. Генеральная репетиция	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Педагогическое наблюдение, анализ.	май	
33	Тема №6. «Показ спектакля».	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Показ спектакля	май	

Раздел 7. Итоговое занятие. (1 час)						
34	Итоговое занятие	1	Комбинированное занятие. Беседа, игра.	Творческие задания. Итоговый контроль.	май	

2.2. Формы аттестации/контроля

Формы аттестации/ контроля для выявления предметных и метапредметных результатов:

творческая работа, конкурс,

Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:

наблюдение, беседа,

Особенности организации аттестации/контроля:

Формы контроля

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – праздники, соревнования, занятия-зачеты, конкурсы ;
- итоговый – открытые занятия, спектакли.

Формой подведения итогов считать: выступление на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, родительских собраниях, классных часах, участие в мероприятиях младших классов, инсценирование сказок, сценок из жизни школы и постановка сказок и пьесок для свободного просмотра.

В конце обучения в форме беседы обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.

2.3. Оценочные материалы

Формой подведения итогов по образовательной программе выбран: спектакль, участие в школьных мероприятиях.

Критерии и формы оценки качества знаний

Программой предусмотрены формы контроля:

- анкетирование;
- тестирование.

Эффективным способом проверки реализации программы является итоговая творческая работа каждого учащегося (проза, стихотворение, монолог). Результат обучения прослеживается в творческих достижениях (призовые места) на конкурсах.

В процессе реализации программы на каждом этапе обучения проводится мониторинг знаний, умений и навыков.

Вводный – проводится в начале учебного года в виде собеседования (уровень и объем знаний о театре), творческого задания (на фантазию и творческое мышление), викторины.

Промежуточный – по итогам первого полугодия (усвоение программы, выполнение контрольных упражнений, этюдов, участие в новогоднем

театрализованном представлении, творческих показах на мероприятиях общеобразовательного учреждения).

Итоговый – в конце учебного года (активность участия в творческих показах, участие в учебном спектакле и уровень освоения программ).

Применяются следующие **формы проверки усвоения знаний**:

- Участие в дискуссии.
- Выполнение контрольных упражнений, этюдов.
- Показ самостоятельных работ.
- Участие в играх, викторинах, конкурсах.
- Работа над созданием спектакля.

2.4. Методическое обеспечение программы.

Методические материалы:

- Наглядные пособия (иллюстрации, видеоматериал, презентации, фонограммы, карточки для заданий).
- Музыкальная фонотека: классическая и современная музыка, театральные шумы и звуки, звуки природы, аудиотеатр.
- Видеотека: записи спектаклей.
- Методическая копилка (разработки занятий, сценарии и т.д.)

Средства общения:

- Участие в детских театральных мероприятиях.
- Посещение профессиональных и самодеятельных театров, встречи с членами других детских театральных коллективов.

Методики и технологии:

Распределение форм и методов по темам программы

№ п/п	Наименование раздела	Формы проведения	Приёмы и методы
1	Вводное занятие.	Групповые занятия по усвоению новых знаний, игровые групповые занятия, практические занятия, творческая лаборатория, заочная экскурсия	Метод игрового содержания, наглядный, объяснительно-иллюстративный, метод импровизации, репродуктивный

2	Основы театральной культуры	Групповые занятия по усвоению новых знаний, игровые групповые занятия, практические занятия, творческая лаборатория, заочная экскурсия	Метод игрового содержания, наглядный, объяснительно-иллюстративный, метод импровизации, репродуктивный
3	Техника и культура речи	беседы, игровые формы, занятие-зачёт	Метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.
4	Ритмопластика	Групповые, игровые, занятие-зачёт.	Метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации
5	Актерское мастерство	Теоретические и практические	Метод ступенчатого повышения нагрузок, метод плотных нагрузок, метод взаимообучения
6	Работа над пьесой и спектаклем.	Практические, творческие лаборатории, репетиции.	Метод ступенчатого повышения нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации, эвристический, проблемный, объяснительно-иллюстративный, метод импровизации, метод полных нагрузок
7	Итоговое занятие	беседы, игровые формы, занятие-зачёт	Метод полных нагрузок, метод игрового содержания, метод импровизации.

Краткое описание работы с методическими материалами:

Занятия театрального кружка состоят из теоретической и практической частей. Теоретическая часть включает краткие сведения о развитии театрального искусства, цикл познавательных бесед о жизни и творчестве великих мастеров театра, беседы о красоте вокруг нас, профессиональной ориентации школьников. Практическая часть работы направлена на получение навыков актерского мастерства.

Раздел «Основы театральной культуры» направлен на ознакомление с историей возникновения театра, профессиональной терминологией, культурой восприятия театрального искусства, этикетом.

Для успешного усвоения материала используются: *беседа, наглядный материал, аудио и видео материалы, проектная деятельность, просмотр спектаклей, экскурсии.*

Форма оценки знаний проходит в виде *тестов, викторин, конкурсов, защиты проектов.*

Раздел «Техника и культура речи» включает в себя работу над техникой речи в виде речевого тренинга и работу над литературно-художественным текстом.

В работу над техникой речи входит освоение приемов снятия мышечных зажимов голосового аппарата, постановка правильного дыхания, работа над дикцией, выстраивание логико-интонационной структуры речи. Для этого используются специальные упражнения и речевые тренинги. Речевые тренинги выполняются в группе или по подгруппам.

Речевой тренинг включает в себя:

- Игры и упражнения на речевое дыхание «Поклонение солнцу», «Игра со свечой», «Мяч и насос» и др.
- Артикуляционная гимнастика: для губ, языка, челюсти. □
- Дикционные упражнения.
- Речевая гимнастика (Тон, тембр, высота звучания, интонация, диапазон)

При работе над литературным текстом проводятся групповые и индивидуальные занятия. На занятиях используются произведения фольклора, стихотворения, прозаические отрывки, произведения русских и зарубежных авторов, аудиозаписи мастеров художественного чтения.

Форма контроля – конкурсы чтецов, творческие показы.

Раздел «Ритмопластика» направлен на обучение навыкам освобождения мышц, снятия зажимов, развития пластичности.

Тема «Пластический тренинг»: упражнения «Я – мир», «Замороженный», «Звезда», «Мокрые котята», «Деревянные куклы», «Зеркало», «Кактус и Ива», «Релаксация» и другие.

Упражнения тренинга направлены на максимальное развитие возможностей человеческого тела, учат саморегуляции, концентрации и расслаблению. Обучающиеся должны уметь передать пластическую форму живой природы и неживого мира, коллективно и индивидуально передавать заданный ритм. Упражнения тренинга построены по индивидуально-групповому методу обучения.

Тема «Пластический образ персонажа» включает пластические импровизации и этюды, помогающие передать характерный образ того или иного сказочного героя. На занятиях используются музыкальные произведения, репродукции, просмотр видеофильмов, которые помогают погрузиться в собственный мир воображения, освободить свое тело от зажимов и перейти к рождению движения.

Занятие по ритмопластике состоит из следующих блоков:

- Психофизическая разминка (тренинг)

- Содержательная часть, включающая в себя созерцание, импровизацию, пластические этюды.
- Подведение итогов.

Формы контроля знаний – контрольные упражнения, творческие показы.

Раздел «Актерское мастерство» направлен на развитие психофизических свойств личности (внимание, воображение, память) и освоение навыков актерского мастерства.

Последовательность распределения материала заключается в том, чтобы в течение учебного года обучения помочь школьникам направить свое внимание в творческое русло, снять зажимы и комплексы, подготовить дошкольников для работы в творческом коллективе. Открыть для школьников поведение (действие) как основной материал актерского поведения.

В процессе обучения используются *Общеразвивающие игры, специальные театральные игры и упражнения*, направленные на развитие внимания, воображения, памяти, логики действия и поведения актера. Большинство упражнений выполняется коллективно, часто в кругу. Упражнения от занятия к занятию варьируются, вводятся новые.

Упражнения и игры, применяемые на занятиях: «Знакомство – дразнилка», «На слуховое восприятие», «Снежный ком», «Поймай хлопок», «Невидимая нить», «Большое зеркало», «Суета», «Зернышко», «Чудо – юдо из яйца», «Поводырь», «Диспетчер», «Тень», «Профессионалы», «Картина», «Скульптура», «Стеклянный шар», «Рецепты», «На действия с воображаемыми предметами», «Оправдай позу» и др.

Тема «*Сценическое действие*». От упражнений на развитие внимания, воображения обучающиеся переходят к освоению законов сценического действия. Сначала это упражнения на память физических действий, затем - этюды. Этюд считается азбукой искусства. Начинается обучение с этюдов «Я в предлагаемых обстоятельствах». На этюдах и в специальных упражнениях отрабатываются логика словесных и бессловесных действий, логика общения и взаимодействия. Все упражнения направлены на освоение главного языка сцены - языка действия. Теоретические знания усваиваются через практические задачи. Задача педагога сделать эти упражнения приемлемыми для данного возраста школьников и вложить в эти этюды мысль о необходимости самостоятельного детского анализа. Тогда этюд принимает еще и статус социальной игры. Эта игра имеет огромное значение в социальном созревании школьников, так как она является главным источником социального опыта. В эту игру вступают те или иные социальные отношения, действуют различные социальные чувства – и это расширяет и обогащает внутренний мир учащегося. Все обучающиеся проходят путь от упражнения, этюда – к участию в творческой постановке.

Занятие по актерскому мастерству состоит из следующих **блоков**:

- Тренинг (упражнения на внимание, воображение, память).
- Содержательная часть, включающая в себя специальные упражнения, этюды по освоению темы занятия.
- Подведение итогов.

В программе отдельно выделена тема *«Творческая мастерская»*, где обучающиеся имеют возможность для творческого поиска и работы над самостоятельной творческой темой. Учащиеся получают теоретические знания и практические навыки в работе над театрализованными представлениями, что позволяет расширить диапазон творческой деятельности школьников. Итог данной деятельности представлен в конкретном выходе на детскую аудиторию в образовательном учреждении (конкурсно - игровые программы, новогодние театрализованные представления и игровые программы у елки, Дни Театра).

Изучение раздела «Актерское мастерство» взаимосвязано с изучением других разделов программы. Усваивая материал на практике, получая теоретические сведения по мере возникновения в них необходимости, участники театрального коллектива учатся действию и взаимодействию в сценических условиях.

Формы контроля: творческие показы, конкурсы, открытые занятия, участие в спектаклях.

Раздел «Работа над пьесой и спектаклем» является своеобразным итогом в применении полученных умений и навыков в работе над спектаклем.

Основной источник для постановок – произведения художественной литературы отечественных и зарубежных авторов, пьесы для школьников. Для выбора постановочного материала важно привить школьникам хороший художественный вкус.

Постановка спектакля является итогом творческой работы коллектива. От текста – к действию на сценической площадке, от действия к последующему, более глубокому анализу пьесы, к наблюдениям, анализу аналогичных жизненных явлений и возвращение к творческим пробам – путь работы над сценическим воплощением пьесы. Основная форма работы - репетиционная. Главная цель этого раздела – ввести школьников в атмосферу пьесы, пробуждая фантазию и воображение, научить определять событийный ряд и выстраивать логику поведения персонажа.

Работая над спектаклем, школьники пробуют себя в самых различных видах деятельности: изготавливают декорации, костюмы, учатся работать с музыкальной аппаратурой. Участие школьников в показах спектакля, позволяет

показать не только результат работы коллектива, но и познакомиться с работой и творчеством других творческих коллективов.

2.5. Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 5-12 человек и отвечающего правилам СанПин;
- наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;
- шкафы стеллажи для оборудования, а также разрабатываемых и готовых прототипов проекта;
- наличие необходимого оборудования согласно списку;
- наличие учебно-методической базы: научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

Материально-техническое обеспечение программы:

Наименование	Количество	Область применения
ноутбук	1 шт.	используется для поиска информации
мультимедиа-проектор	1 шт.	используется для просмотра видео
экран	1 шт.	используется для просмотра видео
принтер	1 шт.	используется для печати
аудиосистема	1 шт	Используется для музыкального сопровождения

Информационное обеспечение программы:

Наименование	Ссылка	Область применения
Электронная театральная библиотека	http://krispen.ru/	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Театральный институт имени Бориса Щукина	https://www.htvs.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Портал «Культура»	https://www.culture.ru/theaters/institutes/location-moskva	Используется для поиска необходимой информации по

		темам занятий
--	--	---------------

Кадровое обеспечение программы:

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.6. Воспитательный компонент

Цель воспитательной работы

Создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого учащегося.

Задачи воспитательной работы

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по трём уровням.

Результаты первого уровня (Приобретение школьником социальных знаний): Владение способами самопознания, рефлексии; приобретение социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия; развитие актёрских способностей.

Результаты второго уровня (формирование ценностного отношения к социальной реальности).

Получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, культура)

Результаты третьего уровня (получение школьником опыта самостоятельного общественного действия): школьник может приобрести опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений, опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

Приоритетные направления воспитательной деятельности

гражданско-патриотическое воспитание, нравственное и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей, воспитание положительного отношения к труду и творчеству, социокультурное и медиакультурное воспитание, культурологическое и эстетическое воспитание

Формы воспитательной работы

беседа, дискуссия, культпоход, фестиваль, сюжетно-ролевая игра,

Методы воспитательной работы

рассказ, беседа, дискуссия, создание воспитывающих ситуаций, соревнование, поощрение, наблюдение, анкетирование, анализ результатов деятельности,

Планируемые результаты воспитательной работы

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- целостность взгляда на мир средствами литературных произведений;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта слушания и заучивания произведений художественной литературы;
- осознание значимости занятий театральным искусством для личного развития.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Задачи	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Конкурс рисунков на асфальте «Мы против терроризма!», посвященный Дню солидарности в борьбе с терроризмом	Формирование правовой культуры	очно	сентябрь
2.	Тематический час «Дети имеют право», «Права ребенка – твори права!» в рамках Декады правового просвещения	Формирование правовой культуры	очно	октябрь
3.	День Учителя. Праздничные мероприятия	Формирование духовно-нравственной культуры		октябрь
4.	Акция, посвященная Дню пожилого человека	Формирование духовно-нравственной культуры	очно	октябрь
5.	Беседы, лекции, встречи по профилактике ЗОЖ, «Терроризм»	Формирование правовой культуры	очно	ноябрь
6.	Акция «Передай добро по кругу» в рамках декады инвалидов	Формирование правовой культуры	очно	декабрь
7.	Час общения «Важная книга нашей страны», посвященный Дню конституции	Формирование правовой культуры	очно	декабрь
8.	Новогоднее представление	Формирование духовно-нравственной культуры	очно	декабрь
9.	Масленичные гуляния «Широкая масленица»	Формирование духовно-нравственной культуры	очно	март
10.	День Победы. Праздничные мероприятия	Формирование патриотизма	очно	май
11.	Последний звонок. Праздничные	Формирование духовно-нравственной культуры		май

	мероприятия			
--	-------------	--	--	--

3. Список литературы

для педагога:

1. Безымянная О. Школьный театр. Москва «Айрис Пресс» Рольф, 2019г.
2. В кукольном театре /Составитель Л.С. Новогрудский. – М.: Сов. Россия, 2019г.
3. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации. Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ «Сфера», 2017г. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации / Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ «Сфера», 2018г.
4. Генов Г.В. Театр для малышей. – М.: Просвещение, 2017г.
5. Кристи Г.В. Основы актерского мастерства, Советская Россия, 2019г.
6. Организация воспитательной работы в школе: для заместителей директоров по воспитанию, классных руководителей и воспитателей/Библиотека администрации школы. Образовательный центр “Педагогический поиск”/под ред. Гуткиной Л.Д., - М., 2019г.
7. Театр, где играют дети: Учеб.-метод. пособие для руководителей детских театральных коллективов/ Под ред. А.Б.Никитиной.–М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2016г. – 288 с.: ил..
8. Териков Г. Итак, мы начинаем. Репертуарный сборник.– М.: Искусство, 2019г.
9. Промптова И.Ю. Речевая культура русского театра. – М.: Сов.Россия, 2018г. для детей./составитель Е.В.Азерникова, - М.: Сов. Россия, 2017г.
10. Щуркова Н.Е. Классное руководство: Формирование жизненного опыта у учащихся. -М.: Педагогическое общество России, 2014г. -160с.

Список литературы для обучающихся

1. 12 сценариев для массовиков. (Без сцены и занавеса) – М.: Искусство, 2019г.
2. 555 замечательных игр и игровых сценариев для школьников. – М.: ЮНВЕС, 2016г.
3. Афанасьев С.П. Праздники в школе. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2014г.
4. В кукольном театре. Сборник пьес/ сост. Сеф Р.С. – М.: Сов.Россия, 2019г.
5. Горбунова Г.Н. В начале жизни школу помню я. – М.: Издат-школа, 2018г.
6. Давыдова А.В. Сценарии выпускных вечеров, капустников, КВНов. – М.: ВАКО, 2016г. – (Мозаика детского отдыха
7. Дела школьные. Сборник сценариев/Под ред. А.Б.Малюшкина, Е.А.Романовой. – М.: ТЦ Сфера, 2014г.

8. До свидания, школа!/ред.-сост.Л.И.Жук – Мн.: Красико-Принт, 2016г. - (Праздник в школе)
9. Забелина О.А. Сценарии школьных праздников. КН.10. – М.: Школьная Пресса, 2015 – (Воспитание школьников. Библиотека журнала)
10. Маршак С. Двенадцать месяцев. – М.: Искусство, 2018г. –(Самодейт. театр. Репертуар и методика)
11. Овдиенко Г.Г., Цыплакова Л.Н. – Сценарии- М.: Издат- Школа.
12. О женщинах. Вып.16: Репертуар для темат.концерта/Сост.А.П.Устинова. – М.: Искусство, 2016г
13. Праздники в средних и старших классах/ав.-сост. О.М.Сухова- Волгоград.: Учитель, 2018г.
14. Праздники для детей и взрослых: в 2 кн.КН.2/ Автор – сост. Н.В.Чудакова. – М.: ООО Издательство АСТ, 2017г.
15. Ромашкова Е.И. С Новым учебным годом (Модели досуга в школе) – М.: ТЦ Сфера, 2015г. – (Праздник в школе)

Список литературы для родителей

1. Библиотечка в помощь руководителям школьных театров «Я вхожу в мир искусства». – \М.: Искусство, 1996;
2. Бруссер А.М. Сценическая речь. /Методические рекомендации и практические задания для начинающих педагогов театральных вузов. – М.: ВЦХТ, 2008;
3. Бруссер А.М., Оссовская М.П. Глаголим.ру. /Аудиовидео уроки по технике речи. Часть 1. – М.: «Маска», 2007;
4. Вахтангов Е.Б. Записки, письма, статьи. – М.: «Искусство», 1939;
5. Гринер В.А. Ритм в искусстве актера. – М.: «Просвещение», 1966;
6. Ершова А.П., Букатов В.М. «Актерская грамота подросткам». – М.: «Глагол», 1994;
7. Ершов П.М. Технология актерского искусства. – М.: ТОО «Горбунок», 1992;
8. Захава Б.Е. Мастерство актера и режиссера: учебное пособие / Б.Е. Захава; под редакцией П.Е. Любимцева. – 10-е изд., – СПб.: «Планета музыки», 2019;
9. Клубков С.В. Уроки мастерства актера. Психофизический тренинг. – М.: 10.
10. Рубина Ю.И. «Театральная самодеятельность школьников». – М.: «Просвещение», 1983;
11. Мир русской культуры. Энциклопедический справочник. – М.: Вече, 1997;
12. Мочалов Ю.А. Первые уроки театра. – М.: «Просвещение», 1986.
13. Самые знаменитые артисты России. /Авт.-сост. С.В. Истомина. – М.: Вече, 2002.

Приложение № 1

Словарь терминов

Акт — одна часть действия.

Антракт — перерыв между действиями, отделениями.

Аншлаг — объявление о том, что все билеты проданы.

Аплодисменты — рукоплескания в знак одобрения.

Афиша — объявление о спектакле.

Буффонада — шутовство.

Водевиль — вид комедии с песнями-куплетами, романсами и танцами.

Вокал — искусство пения.

Грим — искусство изменения внешности актера с помощью специальных красок, прически, парика.

Декорация — оформление сцены, создающее зрительный образ спектакля.

Драма — драматическое произведение, изображающее серьезный конфликт.

Драматург — литератор, пишущий для театра.

Задник — ткань в глубине сцены.

Занавес — ткань, закрывающая сцену от зрителей.

Инженю — актриса, исполняющая роли девочек.

Карнавал — народное гуляние с маскарадом.

Комедия — вид драматического произведения, изображающий смешные явления.

Котурны — обувь на толстой подошве у трагических актеров в Древней Греции.

Кулиса — узкая ткань, висящая сбоку от сцены.

Ложа — небольшой внутренний балкон.

Мизансцена — размещение актеров на сцене.

Миниатюра — небольшое театральное произведение.

Монолог — речь одного лица, обращенная к слушателям или к самому себе.

Оркестр — коллектив музыкантов, совместно исполняющих произведение на различных инструментах.

Падуга — ткань над сценой.

Партер — часть зрительного зала, находящаяся, обычно, ниже уровня сцены.

Программка — листок с краткими сведениями о спектакле.

Пьеса — литературная основа спектакля.

Рампа — осветительная аппаратура, расположенная на полу сцены по ее переднему краю, скрытая от публики бортом.

Реквизит — вещи для спектакля.

Репертуар — перечень пьес, включенных в сезонную афишу театра.

Репетиция — процесс подготовки спектакля.

Реплика — ответ.

Роль — амплуа; образ, воплощаемый актером.

Скоморох — бродячий актер на Руси.

Суфлер — работник театра, подсказывающий, в случае необходимости, артистам слова роли.

Сцена — площадка, на которой происходит театральное представление.

Сценарий — схема развития действия в спектакле.

Театр — "зрелище" (греч.).

Трагедия — вид драматического произведения, изображающий острую борьбу героев с гибелью.

Труппа — коллектив актеров.

Фойе — помещение в театре для пребывания зрителей во время антракта (место для отдыха зрителей).

Приложение № 2

Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании "Задуй свечу"

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дую на свечу, при этом длительно произносить звук “у”.

"Ленивая кошечка"

Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук “а”.

Упражнения на расслабление мышц лица:

"Озорные щечки"

Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы задувая свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы.

"Рот на замочке"

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на “замочек”, сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

У меня есть свой секрет, не скажу его вам, нет (поджать губы).

Ох как сложно удержаться, ничего не рассказав (4–5 с).

Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставлю.

"Злюка успокоилась"

Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил. Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть:

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю (рычать).

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться. Может, даже и зевнуть, широко открыв рот.

Упражнения на расслабление мышц шеи" Любопытная Варвара"

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо.

А потом опять вперед – тут немного отдохнет.

Поднять голову вверх, посмотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех!

Возвращается обратно – расслабление приятно!

Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно – расслабление приятно!

Упражнения на расслабление мышц рук:

"Лимон"

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука.

Затем бросить “лимон” и расслабить руку:

Я возьму в ладонь лимон.

Чувствую, что круглый он. Я его слегка сжимаю – Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов.

Я лимон бросаю, руку расслабляю.

Выполнить это же упражнение левой рукой.

"Лошадки"

Замелькали наши ножки, Мы поскачем по дорожке. Но внимательнее будьте. Что вам делать, не забудьте!

"Слон"

Поставить устойчиво ноги, затем представить себя слоном. Медленно перенести массу тела на одну ногу, а другую высоко поднять и с “грохотом” опустить на пол. Двигаться по комнате, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее с ударом стопы об пол. Произносить на выдохе “Ух!”.

Упражнения на расслабление всего организма:

"Снежная баба"

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище.

Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

"Птички"

Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любуются его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

"Бубенчик"

Дети ложатся на спину. Закрывают глаза и отдыхают под звучание колыбельной “Пушистые облачка”. “Пробуждение” происходит под звучание бубенчика.

"Летний денек"

Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки: Я на солнышке лежу,

Но на солнце не гляжу.

Глазки закрываем, глазки отдыхают. Солнце гладит наши лица, Пусть нам сон хороший снится.

Вдруг мы слышим: бом-бом-бом!

Прогуляться вышел гром. Гремит гром, как барабан.

"Замедленное движение"

Дети садятся ближе к краю стула, опираются о спинку, руки свободно кладут на колени, ноги слегка расставляют, закрывают глаза и спокойно сидят некоторое время, слушая медленную, негромкую музыку:

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая.

Замедляется движение, исчезает напряжение.

И становится понятно – расслабление приятно!

"Тишина"

Тише, тише, тишина!

Разговаривать нельзя!

Мы устали, надо сесть и тихонько отдохнуть.

Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых. В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии.

Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей.

Такая системная работа позволяет детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье.

Информация для карточки в Навигаторе

Полное название: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Школьный театр"

Публичное название: Школьный театр

Краткое описание:

Программа «Школьный театр » реализует общекультурное (художественно-эстетическое) направление. На занятиях школьники знакомятся с видами и жанрами театрального искусства, с процессом подготовки спектакля, со спецификой актёрского мастерства.