

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города Иркутска  
«Дом детского творчества №3»

Рекомендована  
педагогическим советом  
МБУДО г. Иркутска ДДТ №3  
протокол № 1 от 26.08.2019 г.

Утверждена  
приказом директора  
МБУДО г. Иркутска ДДТ №3  
от 02.09.2019 г.  
№ 01-11-86/22

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Улыбка»

**Адресат программы:** дети 5-14 лет  
**Срок реализации:** 1 год  
**Разработчик программы:**  
Винокурова Ирина Сергеевна  
Педагог дополнительного образования

г. Иркутск 2019 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка.....	3
2.	Объём, содержание программы.....	5
3.	Планируемые результаты .....	7
4.	Учебный план (мини-группы).....	8
5.	Учебно-тематический план(мини-группы).....	9
6.	Календарный учебный график(мини-группы) .....	9
7.	Учебный план (индивидуальные занятия).....	11
8.	Учебно-тематический план(индивидуальные занятия).....	11
7.	Календарный учебный график(индивидуальные занятия) .....	11
8.	Оценочные материалы.....	12
9.	Методическое обеспечение программы.....	21
10.	Условия реализации программы .....	23
11.	Список литературы.....	26
	Приложения.....	27

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа разработана на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статей: 2 (п.9, п.22), 12 (п.1ч.4; ч.5), 13 (ч.1,2), 28 (п.6 ч.3), 33 (ч.2), 55 (ч.2), 58 (ч.1), 59 (ч.1),75 (ч.1, ч.4);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательным программам»;
3. СанПин 2.4.4.3172-14, утверждённый Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41;
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р);
5. Устав МБУДО г. Иркутска ДДТ №3, согласован распоряжением заместителя комитета по социальной политике и культуре администрации города Иркутска, № 504-02-1039/15 от 29.05.2015 г.

**Актуальность программы дополнительного образования детей «Улыбка»** – В настоящее время перед учреждениями дополнительного образования ставится важная задача развития творческого потенциала подрастающего поколения. В связи с этим особую значимость приобретает художественное направление, которое является неотъемлемой частью в формировании всесторонне развитой и гармоничной личности, умеющей оценивать прекрасное.

В условиях решения стратегических задач нашей страны важнейшими качествами личности становятся инициативность, способность творчески мыслить и находить нестандартные решения, умение выбирать профессиональный путь, готовность обучаться в течение всей жизни. Все эти навыки формируются с детства.

Начав работу по художественному и эстетическому развитию ребенка в дошкольном возрасте, мы учим детей замечать прекрасное в окружающих предметах и явлениях действительности, отражать их сущность при помощи собственной творческой деятельности, накапливать жизненный опыт, выражать свои эмоции и чувства от общения с искусством, самостоятельно создавать художественные произведения.

Неотъемлемым компонентом любой творческой деятельности ребенка, его поведения в целом, является творческое воображение, которое представляет собой огромный потенциал для реализации резервов комплексного подхода в обучении и воспитании.

Используя разнообразные формы своей деятельности, необходимо выделить несколько направлений по развитию творчества детей:

- 1) научить видеть красоту окружающего мира;
- 2) подготовить к художественному творчеству в области сценического искусства;
- 3) создать мотивационные ситуации, которые вызывают духовную радость, наслаждение художественным образом, желание творить;
- 4) взаимодействие разных видов искусства и художественно-творческой деятельности на занятиях.

Программа дополнительного образования «Улыбка» – **художественной направленности.**

**Особенности программы.** В основу программы положены: авторская программа художественного воспитания и развития детей Н. А. Горяевой «Первые шаги в мире

искусства»; Е.И. Коротеевой «Уроки любования»; Комаровой Т.С. «Программы воспитания и обучения в общеобразовательной школе» под общей редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой.

**Новизна** программы заключается в том, что обучение детей проходит в игровой форме. Игровой метод проведения занятий придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Дополнительная общеразвивающая программа «**Улыбка**» обеспечивает оптимальные условия для полноценного развития эстетических, художественных способностей детей дошкольного, начального и среднего школьного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными способностями.

Данная программа рассчитана на детей от 5 до 14 лет, это большая возрастная разница, поэтому построение программы «Улыбка» сводилось к тому, чтобы была возможность решить поставленные задачи с учетом возрастных способностей детей. Возникла необходимость деления детей на мини-группы (5-6 чел.), это группы детей дошкольного возраста, (5-6 лет), младшего (7-10 лет) и среднего (11-14 лет) школьного возраста. Мини-группы будут разновозрастные или одновозрастные. В связи с этим для проведения занятий и изучения тем по разделам программы в разновозрастных группах будут использоваться разные методы и приемы, учитывая возрастные способности и возможности детей, усложняя и углубляя содержание изучаемого материала, с опорой на имеющийся жизненный опыт, запас и активизацию словаря. Продолжительность занятий для дошкольного возраста (5-6 лет) составляет 30 мин., для детей младшего и среднего школьного возраста составляет 45 мин. Кроме того, предполагается проведение индивидуальных занятий способствующих возможности подготовки детей к различным конкурсам чтецов, ведущих для проведения различных мероприятий, концертов.

Организованный образовательный процесс будет включать в себя:

- передачу определённых умений, навыков и знаний от педагога детям;
- развитие фантазии, самостоятельности, инициативности, самостоятельности, индивидуальности каждого ребенка;
- изучению специальной терминологии и понятий;
- раскрытие творческих способностей и возможностей ребенка, через художественное слово и театрализацию.

**Адресат программы:** Дети 5-14 лет. Количество детей в мини-группах от 5 и более человек.

**Срок реализации программы** - 1 год.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

Для детей 5-6 лет занятия продолжительностью 30 мин., 7-14 лет – 45 мин., 1 час в неделю – индивидуальные занятия;

**Цель программы:** Развитие творческих способностей детей посредством художественного слова и театрального искусства.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Научить учащихся чувствовать слово, думать над ним, искать в нём истинный смысл, понимать его роль в тексте;
- приобщать ребят к творчеству, развивать их творческие способности;
- научить владеть нормами литературного языка.

- формировать представления о специфике выразительного чтения (дикция и фонематическое восприятие);

**Развивающие:**

- развивать у детей артикуляционный аппарат, диалогическую речь, память, мышление, внимание;

- развивать пространственно-временную ориентировку и координацию движений;

- развивать образное и аналитическое мышление, эстетические и творческие способности детей;

- развивать личностные качества: активность, искренность, чувство сопереживания, самостоятельность, ответственность, уверенность;

- развивать потребность в самопознании и саморазвитии.

**Воспитывающие:**

- воспитывать уважительное отношение к художественному творчеству, литературному наследию;

- воспитывать самостоятельность, терпение и выдержку;

- воспитывать у детей уважительное отношение друг к другу, умение играть рядом, взаимодействовать друг с другом.

### **Объем, содержание программы**

Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы 72 учебных часа, 36 часов индивидуальные занятия. Итого: 108 часов;

#### **Содержание программы**

##### **Раздел 1: Вводное занятие (2 часа)**

Вводное знакомство с коллективом, с правилами поведения на занятии, техникой безопасности, обсуждение плана работы на год, знакомство с историей предмета. Создание предпосылок для свободного выражения своих чувств, эмоций, артистических и творческих способностей, создание психологического комфорта в группе.

##### **Раздел 2: «Теоретические основы правильного выразительного чтения. Техника речи» (14 часов)**

Углублять понимание детьми выразительных средств устной речи, ее красоты и музыкальности, умение проникать в самую суть произведения, понимать внутренний мир героев, соблюдать паузы и логические ударения, передающие замысел автора, соблюдать интонации вопроса, утверждения, а также придавать голосу нужные эмоциональные окраски, хорошая дикция, ясное, четкое произношение звуков, достаточная громкость.

1 Дыхание;

2 Голос;

3 Дикция;

4 Темп и ритм речи;

5 Понятие о мимике и жесте как дополнительных средствах выразительного чтения;

6 Метафора;

7 Олицетворение;

8 Эпитет.

##### **Раздел 3: «Основы театральной культуры» (8 часов)**

Знания и навыки сценического поведения ребятам необходимы. Их значения значительно может облегчить репетиционный период. Ребятам дается задание сделать сценические импровизации на заданную тему или просто изобразить кого-то. На этих этапах педагог объясняет, как нужно говорить и двигаться на сцене. Упражнения проводятся, чтобы

слушать партнера, стараться понять его, оценить его слова и поведения. Воздействовать на него в заданном направлении: убеждать, ругать, хвалить, призывать, просить, требовать, разоблачать и т. д. Дать возможность исполнителям подвигаться, сочетая словесное действие с физическим.

#### **Раздел 4: «Сценическая речь» (6 часов)**

Объединение игры и упражнений, направленных на развитие дыхания и свободы речевого аппарата, умение владеть правильной артикуляцией, четкой дикцией, разнообразной интонацией, логикой речи и орфоэпией. В этот же раздел включены игры со словами, развивающие образную речь, творческую фантазию, умение сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы.

#### **Раздел 5: «Ритмопластика» (10 часов)**

Включает в себя комплексные ритмические, музыкальные, пластические игры и упражнения, призванные обеспечить развитие естественных психомоторных способностей детей, обретение ими ощущения гармонии своего тела с окружающим миром, развитие свободы и выразительности телодвижений.

#### **Раздел 6: «Мастерство актера» (8 часов)**

Знания и навыки сценического поведения ребятам необходимы. Их значения значительно может облегчить репетиционный период. Ребятам дается задание сделать сценические импровизации на заданную тему или просто изобразить кого-то. На этих этапах педагог объясняет, как нужно говорить и двигаться на сцене. Упражнения проводятся чтобы слушать партнера, стараться понять его, оценить его слова и поведения. Воздействовать на него в заданном направлении: убеждать, ругать, хвалить, призывать, просить, требовать, разоблачать и т. д. Дать возможность исполнителям подвигаться, сочетая словесное действие с физическим. Основы театральной культуры.

Призван обеспечить условия для овладения школьниками элементарными знаниями и понятиями, профессиональной терминологией театрального искусства. В раздел включены:

- Особенности театрального искусства.
- Виды театрального искусства.
- Рождение спектакля.
- Театр снаружи и изнутри.
- Культура зрителя.

#### **Раздел 7: «Работа над этюдами» (12 часов)**

Является вспомогательным, базируется на авторских сценариях и включает в себя следующие темы:

- знакомство с работой над этюдами;
- от этюда к спектаклю.

#### **Основные этапы работы:**

- 1) Выбор пьесы или инсценировка и обсуждение ее с детьми.
- 2) Деление пьесы на эпизоды и пересказ их детьми.
- 3) Поиски музыкально-пластического решения отдельных эпизодов, постановка танцев (если есть необходимость). Создание совместно с детьми эскизов декораций и костюмов.
- 4) Переход к тексту пьесы: работа над эпизодами. Уточнение предлагаемых обстоятельств и мотивов поведения отдельных персонажей.
- 5) Работа над выразительностью речи и подлинностью поведения в сценических условиях; закрепление отдельных мизансцен.
- 6) Репетиция отдельных картин в разных составах с деталями декорации и реквизита (можно условно), с музыкальным оформлением.
- 7) Репетиция всей пьесы целиком. Уточнение темпа ритма спектакля.

## **Раздел 8: «Репетиции» (10 часов)**

### ***Сводная репетиция.***

Перед педагогами ставится задача, сложился ли весь спектакль в целом. Просматривается на сколько правильно и динамично выстроена действенная линия спектакля, одинаковы ли по отработке его отдельные эпизоды, удалось ли воплотить разработанный в начале режиссерский замысел, правильное ли развитие получили характеры героев. Разрешение этой задачи требует проведения таких репетиций всего спектакля. Их надо проводить без остановок, от начала до конца.

### ***Монтировочная репетиция.***

Эта репетиция проводится для того, чтобы переставить декорацию, вынести или убрать со сцены мебелью ширмы другие детали. Это довольно сложно, так как переменна зачастую должна быть быстрой, бесшумной, точной.

### ***Генеральная репетиция.***

Это проверка готовности всего коллектива к проведению спектакля. В этот период группа участников получает полную самостоятельность. Исполнители должны твердо знать свои роли, мизансцены, помнить и выполнять данные им в ходе работы режиссерские указания и задачи.

## **Раздел 9: «Премьера» (2 часа)**

Это итог длительной работы всего коллектива, момент наивысшего напряжения. Выявление всех творческих способностей детей. Показ представления, спектакля. В заключение каждой темы подводится итог и обобщение пройденного материала.

## **Планируемые результаты**

К концу года дети должны знать компоненты и качества выразительной речи, уметь пользоваться голосом, дыханием, анализировать и читать тексты разных родов и видов литературы, соблюдать логику чтения, адекватно содержанию и замыслу создавать эмоциональные образы владеть навыками самоконтроля и оценки своей деятельности, осознанно определять сферу своих интересов и возможностей. Принимать на себя роль в постановке спектакля, сочинять этюды.

### **Практические навыки:**

- 1. По технике речи** - дышать незаметно, не учащенно, умело использовать паузы для добора воздуха, читать четко, внятно, соблюдать нормы орфоэпии;
- 2. По логике чтения** – овладеть «рычагами»: громче-тише , выше-ниже , быстрее-медленнее, овладеть умением «читать знаки препинания» , выполнять задания по определению места и характеру пауз в поэтическом тексте , качества логических ударений и практическому их осуществлению в процессе выразительного чтения .
- 3. По эмоционально-образной выразительности** - развивать умение видеть «внутренним взором» нарисованные автором картины, ощущать их , воссоздавать чувства в чтении.

В результате занятий у детей могут быть развиты следующие качества: активность, искренность, чувство сопереживания, самостоятельность, ответственность, уверенность, потребность в самопознании и саморазвитии.

### **Теоретические понятия:**

- выразительное чтение (художественное чтение, декламация),
- речевой слух,
- воображение,
- словесное действие,

- техника речи,
- логика чтения,
- дикция,
- орфоэпия,
- паузы,
- ударение,
- темп речи,
- ритм,
- адресат,
- художественный образ;

**По окончанию обучения учащиеся должны:**

**Знать:**

- Понятия сценического поведения, как нужно говорить и двигаться по сцене, сочетая словесное действие с физическим;
- Правила направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата;
- Комплексные ритмические, музыкальные, пластические игры и упражнения, призванные обеспечить развитие естественных психомоторных способностей детей;
- Приобрести знания и навыки сценического поведения актера. Знать упражнения на умение слушать партнера, стараться понять его, оценить его слова и поведение;
- Закрепить понятия об этюде, спектакле;
- Иметь представление о существующих правилах построения спектакля.

**Уметь:**

- Самостоятельно выполнять сценические импровизации на заданную тему или просто изображать кого-то;
- Владеть правильной артикуляцией, четкой дикцией, разнообразной интонацией, логикой речи и орфоэпией, сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы;
- Свободно и выразительно двигаться;
- Воздействовать на партнера в заданном направлении: убеждать, ругать, хвалить, призывать, просить, требовать, разоблачать и т. д;
- Самостоятельно выполнять отдельные картины в разных составах с деталями декораций, реквизита с музыкальным оформлением;
- Принимать на себя роль, разыгрывать по просьбе педагога небольшие отрывки из знакомых сказок. Имитировать движения, мимику, интонацию, сочинять этюды.

**Учебный план**

(индивидуальные занятия в мини-группах 72 часа)

№ п\п	Раздел	Всего	Теория	Практика	Форма промежуточной аттестации
1	Вводное занятие	2	2		
2	Теоретические основы правильного выразительного чтения. Техника речи	14	5	9	
3	Основы театральной культуры	8	3	5	



4	Сценическая речь	6	2	4	
5	Ритмопластика	10	3	7	
6	Мастерство актера	8	3	5	
7	Работа над этюдами	12	4	8	
8	Репетиции	10	3	7	
9	Премьера	2		2	
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>Тестирование, творческий отчет</b>
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>25</b>	<b>47</b>	

### Календарный учебный график

(индивидуальные занятия в мини-группах 72 часа)

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Раздел 1	2								
Раздел 2	4	8	2						
Раздел 3			6	2					
Раздел 4				6					
Раздел 5					8	2			
Раздел 6						6	2		
Раздел 7							6	8	
Раздел 8									8
Раздел 9									
<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>тестирование</b>					<b>Творческий отчет</b>
<b>Всего</b>	<b>6ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>	<b>8ч</b>

### Учебно-тематический план

(индивидуальные занятия в мини-группах 72 часа)

№	Раздел	Всего	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2</b>	<b>Теоретические основы правильного выразительного чтения. Техника речи</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>9</b>
2.1	Дыхание, приемы работы над дыханием		0,5	1
2.2	Голос		0,5	1
2.3	Дикция		0,5	1
2.4	Темп и ритм речи		1	1
2.5	Понятие о мимике и жесте как дополнительных средствах выразительного чтения		1	2
2.6	Метафора		0,5	1
2.7	Олицетворение		0,5	1
2.8	Эпитет		0,5	1

<b>3</b>	<b>Основы театральной культуры</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
3.1	Основные виды театрального искусства		1	2
3.2	Театральная терминология		1	2
3.3	Культура поведения в театре		1	1
<b>4</b>	<b>Сценическая речь</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
4.1	Чтение, разучивание, инсценировка скороговорок		0,5	1
4.2	Логическое ударение. Приемы их практического осуществления.		0,5	1
4.3	Высота, сила и длительность ударения.		0,5	1
4.4	Сценическое внимание.		0,5	1
<b>5</b>	<b>Ритмопластика</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>
5.1	Осанка, точность, координация движений.		1	2
5.2	Гибкость и пластичность		0,5	2
5.3	Ориентация в пространстве		0,5	1
5.4	Разнообразные виды движений		1	2
<b>6</b>	<b>Мастерство актера</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
6.1	Исполнение драматургических произведений. Обсуждение.		0,5	1
6.2	Совместное чтение произведений. Анализ.		0,5	0,5
6.3	Этюды на общение в условиях органического молчания		0,5	1
6.4	Тренинг по актерскому мастерству на элементы сценического действия		0,5	1
6.5	Словесное действие. Работа над текстом		0,5	0,5
6.6	Тренинг по актерскому мастерству на элементы сценического действия		0,5	1
<b>7</b>	<b>Работа над этюдами</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
7.1	Этюды на память физических действий и действий в различных обстоятельствах		1	2
7.2	Этюды на внимание		0,5	1
7.3	Этюды на фантазию		0,5	1
7.4	Этюды и упражнения на движение		0,5	1
7.5	Этюды на органическое молчание для двоих, нескольких человек		0,5	1
7.6	Этюды на общение		0,5	1
7.7	Музыкальные этюды		0,5	1
<b>8</b>	<b>Репетиции</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>
8.1	Сводная репетиция		1	3
8.2	Монтировочная репетиция		1	2
8.3	Генеральная репетиция		1	2
<b>9</b>	<b>Премьера</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>Всего:</b>	<b>72 час.</b>	<b>25 час.</b>	<b>47 час.</b>

## Учебный план

(индивидуальные занятия 36 час.)

№ п/п	Название разделов тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Теоретические основы правильного выразительного чтения. Техника речи (12 ч)	12	3	9
2.	Интонация (10ч)	10	5	5
3.	Мимика и жестикуляция (14 ч)	14	6	8
	<b>Итого:</b>	<b>36 час.</b>	<b>14 час.</b>	<b>22 час.</b>

## Календарный учебный график

(индивидуальные занятия 36 час.)

Раздел/месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Теоретические основы правильного выразительного чтения. Техника речи.	3	5	2						
Интонация.			2	4	3	1			
Мимика и жестикуляция						3	4	5	4
<b>Всего :</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>36 часов</b>								

## Учебно-тематический план

(индивидуальные занятия 36 час.)

№	Название разделов, тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
	<b>Теоретические основы правильного выразительного чтения. Техника речи (12 ч)</b>			
2.1	Дыхание	4	1	3
2.2	Голос	4	1	3
2.3	Дикция	4	1	3
	<b>Интонация (10ч)</b>			
4.1	Фразовое и логическое ударение.	2	1	1
4.2	Пауза логическая и фразеологическая	2	1	1
4.3	Темп и ритм речи.	2	1	1
4.4	Мелодика	2	1	1
4.5	Тембр	2	1	1
	<b>Мимика и жестикуляция (14 ч)</b>			
7.1	Понятие о мимике и жесте как дополнительных средствах выразительного чтения.	3	1	2

7.2	Обобщающие упражнения стихотворений	Форма построения	2	1	1
7.3	Системы стихосложения		3	1	2
7.4	Рифма и ее разновидности		2	1	1
7.5	Размеры стихосложения		2	1	1
7.6	Система рифмовки		2	1	1
	<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>14</b>	<b>22</b>

## Оценочные материалы

Проведение диагностической работы позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы.

Результативность усвоения данной программы определяется с помощью использования разнообразных способов проверки:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- самоконтроль.

В таблицах мониторинга результативности, развития и воспитанности фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им образовательной программы.

Оценка результатов выставляется по трёхбалльной шкале: 3 балла – высокий уровень, 2 балла – средний уровень, 1 балл – низкий уровень.

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования бальной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров.

Проведенная диагностика позволяет увидеть и проанализировать динамику развития детей, занимающихся в творческом объединении, что позволяет в дальнейшем вносить корректировку в образовательную программу.

Для выявления эффективности освоения программы используются следующие методы: наблюдение, беседа, показ этюдов на заданную тему, самостоятельная работа обучающихся.

*Наблюдение* – через наблюдение решаются задачи накопления детьми жизненного опыта, наблюдение за окружающим миром, поведением животных, их повадки, особенности развития, взаимоотношения окружающих и т. д.

*Беседа* – в ходе беседы появляется возможность проанализировать развитие речи, умение правильно формировать предложения, осмысленно, сюжетно составлять ответы, используя при этом фантазию, воображение, средства выразительности речи, накопленный жизненный опыт.

*Этюды*- это не отдельное задание, они органически перерастают из упражнений. Этюд-это небольшая сценка, жизненный эпизод. Содержащий в себе определённое жизненное событие, происшествие. И как любое событие, он имеет экспозицию (то, что было до начала конфликта), развитие, кульминацию, развязку действий и финал.

### **Промежуточная аттестация 1 полугодие**

Тестирование (Приложение №1).

### **Промежуточная аттестация 2 полугодие**

Творческий отчет

№ п/п	ФИО ребенка	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Коэффициент	Уровень
1	Антонова Анастасия	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	+	+	75	Средний
2		+	+	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	83	Высокий
3		-	-	-	+	+	+	-	-	+	-	-	+	42	Низкий

(+) - усвоил

(-) – не усвоил

### **Уровень освоения воспитанниками образовательной программы**

Высокий уровень: выше 80%

Средний уровень: от 60% до 80%

Низкий уровень: от 40% до 60%

1. Понятия сценического поведения: как нужно говорить и двигаться по сцене, сочетая словесное действие с физическим;

2. Правила направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата;

3. Комплексные ритмические, музыкальные, пластические игры и упражнения;

4. Приобретенные знания и навыки сценического поведения актера: упражнения на умение слушать партнера, стараться понять его, оценить его слова и поведение;

5. Сформированные понятия об этюде, спектакле;

6. Существующие правила построения спектакля.

7. Самостоятельное выполнение сценических импровизации на заданную тему или просто изображать кого-то;

8. Владение правильной артикуляцией: четкой дикцией, разнообразной интонацией, логикой речи и орфоэпией, сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы;

9. Умение свободно и выразительно двигаться;

10. Умение воздействовать на партнера в заданном направлении: убеждать, ругать, хвалить, призывать, просить, требовать, разоблачать и т. д;

11. Самостоятельное выполнение отдельных картин: в разных составах, с деталями декораций, реквизита, с музыкальным оформлением;

12. Принимать на себя роль, разыгрывать по просьбе педагога небольшие отрывки из знакомых сказок. Имитировать движения, мимику, интонацию, сочинять этюды.

### **Диагностика развития выразительности речи (в течении года)**

#### **1. Дыхание**

Дыхательные упражнения используются для восстановления и совершенствования навыков дыхания. Статические дыхательные упражнения выполняются без движения конечностей и туловища, а динамические - сопровождаются движениями. (см. приложение №3)

#### **2. Дикция**

Отчетливость в произнесении звуков и слов. Ясная и понятная речь, правильная, отчетливая артикуляция, манера произнесения (темп, интонация)

#### **3. Сила голоса**

Диагностика умения изменять силу голоса

Задание 1: произнести автоматизированные ряды слов с разной силой голоса (тихий, средний, громкий и наоборот).

Цель: определить возможности детей самостоятельно изменять силу голоса и произвольно переключать его.

Инструкция: назови дни недели (посчитать от 1 до 5—10) разным по силе голосом так, чтобы первое слово было произнесено тихо, второе громче и наоборот.

#### **4. Высота голоса**

Диагностика умения изменять высоту голоса

Задание 1: произнести автоматизированные ряды слов с разной высотой голоса по инструкции.

Цель: определить возможности ребенка самостоятельно изменять высоту голоса.

Инструкция: назови дни недели (посчитать от 1 до 5—10) разным по высоте голосом так, чтобы первое слово было произнесено высоко, второе ниже и наоборот.

#### **5. Паузы**

Чтение скороговорки с паузами и без них.

Обучающимся предлагается прочитать предложенную скороговорку с расставленными паузами: от / топота / копыт / пыль / по / полю / летит.

Упражнения такого вида можно применять, используя не только скороговорки, но различные виды текстов и отдельные предложения.

Чтение с ударением на выделенных словах.

Обучающимся предлагается прочитать предложения, интонационно выделяя выделенные слова.

меня есть красивая кукла.

меня есть красивая кукла.

меня есть красивая кукла.

меня есть красивая кукла.

После прочтения, задается вопрос: как меняется смысл предложения в зависимости от постановки ударения в нем? Выполнение данного упражнения способствует формированию умения правильно ставить логические ударения и интонационно грамотно доносить информацию до слушателя.

#### **6. Логические ударения**

Диагностика сформированности умения выделять ударный слог в слове

Задание 1: отхлопать слова, ударный слог — громкий хлопок, безударный — негромкий.

Цель: выявить умение детей выделять хлопком ударный слог в слове.

Инструкция: прохлопай за педагогом названия окружающих предметов, имена детей, утрированно выделяя ударный слог (парта, карандаш, окно, стол, Наташа, Лена и т.д.).

Диагностика сформированности умения пользоваться логическим ударением

Задание 1: прослушать предложение и выделить голосом главное слово.

Цель: научить детей делать логическое ударение во фразе.

Инструкция: прослушай предложение, прочитанное педагогом ровным голосом, без выделения слова, самостоятельно сделай ударение на любом слове, нужное по смыслу, и объясни этот выбор.

Мы с мамой пойдем в лес.

#### **7. Темп**

Диагностика умения изменять темп речи

Задание 1: произнести автоматизированные ряды слов с изменением речи по инструкции.

Цель: обследовать умение ребенка изменять темп речи на отработанном ряду слов.

Инструкция: посчитай от 1 до 10 (перечисли дни недели), произнося слова сначала в медленном, затем в среднем темпе (нормально), закончи в быстром темпе (быстро). И наоборот.

### 8. Ритм

Диагностика умения изменять ритм речи

Задание 1: узнать ритмический рисунок фразы при простукивании.

Цель: выявить возможности детей узнавать ритмоинтонационный рисунок предложенной педагогом фразы (без опоры на содержание).

Инструкция: послушай, я произнесу две фразы без слов, с помощью слогов та-та-та или простучу. Узнай, какая фраза произнесена первой, какая второй.

Много снега — много хлеба.

От топота копыт пыль по полю летит.

### 9. Эмоциональный тон

Диагностика сформированности интонационной выразительности речи

Задание 1:

а) произнести предложение с повествовательной интонацией.

Мы любим школу.

Определить, что выражает это предложение (вопрос или сообщение о чем-то...). (Напомнить детям, что когда мы что-то сообщаем, мы говорим спокойно, не изменяя голоса.) Изобразить повествовательную интонацию графически —>;

б) произнести предложение с радостью, восторгом.

Мы любим школу! /

Изобразить восклицательную интонацию графически;

в) произнести предложение с удивлением, сомнением.

Мы любим школу? \

Изобразить вопросительную интонацию графически.

Цель: выявить умение детей голосом и графически воспроизводить повествовательную, восклицательную, вопросительную интонации.

10. Жесты (см. приложение №3)

11. Мимика (см. приложение №3)

**Таблица для диагностики развития выразительности речи**

№ п/п	Наименование умения, качества	Высокий уровень (2 балла)	Средний уровень (1 балл)	Низкий уровень (0 баллов)
<b>Техника речи</b>				
1.	дыхание	Вдох спокойный. Выдох более протяжное. Дыхание бесшумное.	Вдох более спокойный. Выдох протяжное. Менее шумное дыхание	Судорожное, поверхностное Вдох перегруженный, выдох ускоренный. Шумное
2.	дикция	Ясная. Согласные твердые, активны, Гласные округленные, но не расплывчатые.	Дикция более четкая. Исправление искаженных гласных, согласных	Нечеткая. Согласные смягченные. Пропуск согласных. Искажение гласных.

### Интонация

3.	сила голоса	Голос чистый, ясный по тембру, воздушная струя проходит свободно. Правильно владеет речевым аппаратом.	В голосе проявляются незначительные хрипы, недостаточно правильно владеет речевым аппаратом.	Голос хриплый, гнусавый, пришепетывающий, плохо владеет речевым аппаратом.
4.	высота голоса	Легко изменяет высоту голоса (тихо, средне, громко) умело делает переходы от громкого звучания к тихому и наоборот.	С помощью педагога изменяет высоту голоса, затрудняется делать переходы от громкого звучания к тихому и наоборот.	Затрудняется изменять высоту голоса, с трудом делает переходы от громкого звучания к тихому и наоборот.
5.	паузы	Без ошибок расставляет паузы (логические, меж строчковые, интонационные)	Испытывает затруднения при расстановке пауз.	Допускает много ошибок при расстановке пауз.
6.	логическое ударения	В тексте без затруднений выбирает главное слово, интонационно выделяет его.	Путается при выборе главного слова, с затруднением выделяет его интонационно.	Не может выбрать главное слово. Не верно отображает интонацию.
7.	темп	Легко, без затруднений, на слух, по содержанию текста определяет нужный темп прочтения произведения.	Затрудняется определить на слух нужный темп прочтения произведения.	Не может определить нужный темп прочтения произведения.
8.	ритм	Легко, без затруднений, на слух, по содержанию текста определяет нужный ритм прочтения произведения.	Затрудняется определить на слух нужный ритм прочтения произведения.	Не может определить нужный ритм прочтения произведения.
9.	эмоциональный тон	При исполнении произведений активен, читает в характере произведений,	Читает довольно выразительно, не всегда внимателен. К	Вялое, безразличное чтение. При слушании художественных



		внимательно читает текст и понимает. При обсуждении активен.	новым произведениям не всегда проявляет интерес.	произведений ребенок рассеян, невнимателен
<b>Неязыковые средства выразительности</b>				
10.	жесты	Легко узнаёт и объясняет значение жестов, прочитывает их, связывая в предложение.	Затрудняется увязать предложенные жесты в предложение, ситуацию.	Не может увязать жесты, выстроить ситуацию.
11.	миимика	Правильно понимает и объясняет эмоциональное состояние, миимику.	Неправильно понимает и объясняет эмоциональное состояние, миимику.	Не называет эмоциональное состояние.

### Оценочный лист по развитию выразительности речи

№ п/п	ФИО ребенка	сроки												Сумма баллов	Уровень
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		
1	Антонова Анастасия	с	2	1	1	2	1	0	1	1	2	1	0	12	средний
		д	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	17	высокий
		м	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	19	высокий
2		с													
		д													
		м													

#### Сроки

«с» - сентябрь

«д» - декабрь

«м» - май

#### Уровень

16-22 баллов – высокий уровень освоения программы

7-15 баллов – средний уровень освоения программы

0-6 баллов – низкий уровень освоения программы

### Таблица для диагностики артистических данных

№ п/п	Наименование умения, качества	Высокий уровень (2 балла)	Средний уровень (1 балл)	Низкий уровень (0 баллов)
<b>Сценическая речь</b>				

1.	Упражнения на высоту, силу и длительность ударения.	Упражнения выполняет правильно, не испытывает затруднений, не допускает ошибок.	В некоторых упражнениях испытывает затруднения, сомнения.	Допускает много ошибок, неуверенность.
2.	Сценическое внимание.	При выполнении упражнений и игр для развития многоплоскостного внимания, зрительной, слуховой, осязательной, мышечной памяти, собранности, быстро переключаться с одного действия на другое.	Испытывает затруднения при переключении с одного действия на другое.	Допускает много ошибок, затрудняется самостоятельно их исправить.
3.	Приемы работы над дыханием.	«Бережливо и экономно расходует воздух. Набирает воздух бесшумно, через нос.	Не экономно расходует воздух, что приводит к нехватке дыхания на длинную фразу и слабому звуку-без блеска и красок.	Часто добирает воздух ртом, воздуха не хватает на прочтение даже короткой фразы.
<b>Ритмопластика</b>				
4.	Ритм. Упражнения на память физических действий.	Хорошо развито умение владеть своим телом, во время упражнений пластичен, не скован, жесты оправданы, мимика живая.	Во время упражнений слегка скован, допускает переизбыток жестов, не всегда оправданны.	Скован, зажат, жесты практически отсутствуют, мимика отсутствует.
5.	Перемена отношения к предмету и месту действия.	Из 10 картинок запоминает последовательно все 10-ть, безошибочно.	Допускает 2-3 ошибки, путается в последовательности.	Допускает 5 и более ошибок, не соблюдает последовательности.
6.	Этюды на внимание, этюды на фантазию	Легко справляется с заданием, выстраивает сюжетную линию.	Затрудняется самостоятельно выстроить сюжетную линию.	С трудом справляется с заданием, не проявляет

				фантазию.
<b>Мастерство актера</b>				
7.	Исполнение драматургических произведений.	Самостоятельно выбирает произведение, использует вербальные и невербальные средства выразительности. Эмоционально откликается на описанные события.	Затрудняется с выбором произведения. Эмоционально откликается на описанные события. Понимает идею произведения, поступки героев.	Не может самостоятельно выбрать произведение, с помощью взрослого оценивает идею произведения, поступки и поведение героев.
8.	Тренинг по актерскому мастерству на элементы сценического действия.	Выполняет все задания быстро, творчески, предлагает свои идеи.	Требуется помощи взрослого, не всегда проявляет инициативу.	С трудом включается в работу, зажат, скован.
9.	Этюды на общение в условиях органического молчания	Верит в предлагаемые обстоятельства, реальную жизненную ситуацию.	Частично улавливает сюжетную линию, нуждается в помощи взрослого.	Не отображает предлагаемую ситуацию.

### Оценочный лист по развитию артистических данных

№ п/п	ФИО ребенка	сроки										Сумма баллов	Уровень	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9			
1	Антонова Анастасия	с												Высокий
		д												
		м												

#### Сроки

«с» - сентябрь

«д» - декабрь

«м» - май

14-18 баллов – высокий уровень освоения программы

7-13 баллов – средний уровень освоения программы  
 0-6 баллов – низкий уровень освоения программы

**Диагностическая карта изучения индивидуального уровня социализации обучающихся**  
**н - низкий    с – средний    в – высокий**

№	Показатели социализации	Критерии	№ в табл.
1	Трудолюбие в творчестве, учении, жизни	Участие в массовых мероприятиях	1
		Добросовестное отношение к выполнению любого вида задания	2
2	Коммуникативные качества	Вежлив, тактичен, доброжелателен.	3
		Умеет договариваться, находить общее решение	4
		Владет адекватными выходами из конфликта	5
		Активно принимает участие в работе группы	6
3	Ценностное отношение к прекрасному, сформированность представлений об эстетических идеалах и ценностях	Бережное отношение к результатам человеческого труда и творчества	7
		Способность и потребность наслаждаться природой, поддерживать её жизненные силы	8
		Интересуется различными видами творчества	9
		Занимается каким-либо видом творчества самостоятельно	10
		Принимает участие в творческих процессах: художественная деятельность, выступает и как усвоение, и как создание художественных ценностей	11
4	Нравственно-этическая ориентация	Сформированы представления о моральных нормах)	12
		Может принимать решения на основе соотношения нескольких моральных норм	13
		Учитывает объективные последствия нарушения моральной нормы	14
5	Уровень гражданственности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека	Имеет представления о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища	15
		Уважительное отношение к родителям, к старшим, заботливое отношение к младшим	16
		Развитие представлений о событиях, которые отмечают как народные, государственные праздники	17
		Развитие представлений о национальных героях и важнейших событиях истории России	18
6	Самопознание и самоопределение	Проявляет собственную точку зрения в отдельных вопросах	19
		Адекватное представление о себе как личности и своих способностях, осознание способов поддержания своей самооценки	20

	Устанавливает связи между учением и будущей профессиональной деятельностью	21
	Мотивирован на высокий результат учебных достижений	22

**Диагностическая карта индивидуального уровня социализации обучающихся  
н - низкий с – средний в – высокий**

Название коллектива  
заполнения: \_\_\_\_\_

№ группы: \_\_\_\_\_ Дата

Педагог:

№	Фамилия,	Г. р.	Г. з.	0 1	0 2	0 3	0 4	0 5	0 6	0 7	0 8	0 9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5	1 6	1 7	1 8	1 9	2 0	2 1	2 2	С р.
1																										
2																										
3																										
4																										

**Методическое обеспечение программы**

Занятия индивидуальные (особенно при подготовке к отчетным работам, концертам, конкурсам) и в мини-группах;

Занятия практические и теоретические (см. содержание)

Формы: игра, беседа, лекция (по теории), тренировочные упражнения на развитие артикуляции, сценические этюды, практикум.

Литература:

1. Лазаренко О.И. Диагностика и коррекция выразительности речи детей. — М.: ТЦ Сфера, 2009. — 64 с. (Библиотека журнала «Логопед».)
2. Рождественский Н.С. Речевое развитие младших школьников. М.. 1970. С. 10.
3. Суровяк Л. В., Тарасевич Н. А. Учебное пособие для родителей и педагогов, издание третье, Новосибирск Книжица, 2004 год;
4. Чернецкая Т. А. Как стать артистичным, (Психотренинг актерского мастерства), Москва, 2000 год.

**Основные методы работы:**

1.Показ. Показ основывается на образцовом чтении педагога. Он демонстрирует, как можно и как следует воссоздавать данный текст. Показ сопровождается соответствующими объяснениями, а последующее повторение детей – коллективным анализом исполнения каждого ребенка.

Метод осуществляется в формах:

- образцовое чтение педагога;
- слушание записей с образцовым чтением артиста;
- показательные чтения лучших детей.

2.Сопоставление. Оно побуждает к обсуждению, к оценке, к отбору лучшей интонационной редакции и предупреждает формальное копирование.

Разновидности:

- сопоставление исполнения учащегося с исполнением педагога, когда после показа педагога читает ребенок;

- сопоставление особенностей исполнения 2 и более учащихся в процессе отработки отрывков;

- сопоставление контрастно звучащих вариантов в исполнении педагога (как надо и как не надо читать).

3.Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).

4.Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

5.Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

6.Метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

7.Устное рисование - устное описание картин, возникающих в воображении читателей

8.Наводящие вопросы - беседа обеспечивает живое обсуждение теоретических и практических вопросов;

9.Хоровое чтение- чтение, звучащее в унисон;

10.Чтение в лицах обостряет внимание к речи героя, ее специфике;

11.Анализ достоинств и недостатков

12. Идеино-художественный анализ произведений.

### **Структура занятия.**

#### **I. Организационный момент:**

Приветствие детей. Сообщение темы и задач занятия. Организация упражнений на концентрацию внимания, игры на сплочение коллектива. Использование сюрпризного момента, это вызывает живой интерес и желание заниматься, настраивает детей на рабочий лад.

#### **II. Тренинг.**

1) Дыхательная гимнастика (Приложение №2);

2) Артикуляционная гимнастика;

3) Актерское мастерство.

Для правильного произношения нужно хорошо развитое дыхание, а также чтобы артикуляционный аппарат обладал большой подвижностью. Через дыхательную и артикуляционную гимнастику учим детей правильно дышать, пользоваться голосовым аппаратом, говорить выразительно не торопясь. Совершенствуется работа мышц языка, губ, нижней челюсти, способствует развитию слухового восприятия, на усвоение и закрепление правильного произношения звуков. Главной задачей актерского тренинга является развитие актерских способностей, обнаружить и развить эмоциональность, возбудимость, волевые качества, потребность в творчестве. Способность к состраданию, сопереживанию, отзывчивости.

#### **III. Основная часть.**

Введение в тему. Мотивируем детей на включение в предстоящую деятельность при помощи проблемной или игровой ситуации. Подводим детей к цели, с использованием загадок, а также включаем различные упражнения на воображение, развитие памяти, мышления, внимания. Эта часть является самой информативной. Здесь планируем повторение пройденного материала, закрепление. Выполнение домашнего задания. Изучение нового материала, выполнение упражнений, заданий, работа над словарем. Физкультминутка.

#### IV. Подведение итогов и самостоятельная работа.

После выполнения всех заданий и упражнений основной части педагог вместе с детьми анализирует работу всей группы, каждого в отдельности. Особенно обращает внимание детей на удачное использование средств образной выразительности, проявление элементов творчества. В заключении дети обсуждают с педагогом результаты работы и те трудности, которые возникли при выполнении заданий. Педагог может задавать вопросы: «Что интересного вы сегодня узнали?», «Что было для вас самым сложным?» Также необходимо обязательно похвалить и поблагодарить всех детей за участие в работе.

Вне учебных занятий детям предлагается самостоятельная работа. Самостоятельная работа состоит из четырех разделов:

1. Творческий дневник, куда вносится всё, что проделано в плане творчества, а так же свои творческие планы. Творческий дневник - подспорье личностного роста, наглядное пособие для движения дальше.
2. Сбор «интересных фактов», детям предлагается собирать интересную, необычную информацию, факты, что особенно заинтересовало или взволновало, что показалось интересным для всех.
3. «Дневник наблюдений» - наблюдения за различными людьми, происшествиями, событиями, участником которых явились сами дети или были сторонними наблюдателями, здесь важно запомнить всё: одежду, жесты, мимику, даже погодные условия. «Дневник наблюдений» развивает зрительную память, умение анализировать ситуацию.
4. «Антисловарь». Упражнение развивает произвольное внимание и фонетический слух. Суть его состоит в том, чтобы научиться слышать слова и выражения, произносимые неправильно (посторонними людьми и даже самим собой). Эти слова записываются в отдельную тетрадь, разграфленную следующим образом:

№ п/п	произносится	нужно произносить
1.	уйти <b>со</b> школы	уйти <b>из</b> школы
2.	маг <b>А</b> зин	магаз <b>И</b> н
3.	свек <b>Л</b> А	св <b>Ё</b> кла

#### Условия реализации программы

**Методические материалы:** кабинет, магнитофон и ПК, диски с записями образцов художественного чтения, библиотечный фонд, дидактический материал (таблицы-схемы, игры)

## Список литературы

1. Доронова Т.Н. Играем в театр: Театрализованная деятельность детей 7-15 лет. Методическое пособие для учителей общеобразовательных учреждений.
2. Кубасова О. В. Выразительное чтение.
3. Кошманская И. П. Театр в детском саду. - Ростов н /Д : изд- во " Феникс", 2004 .
4. Мерзлякова С.И. Фольклор-Музыка-Театр. Программы и конспекты занятий педагогов дополнительного образования, работающих со школьниками: Программно- методическое пособие [Текст] - М.: 1999.
5. Опарина Н. А. Театр-Это волшебный край! [Текст] / Н.А. Опарина. М.: " Социум" 1999г.
6. Поляк Л.Я. Театр сказок [Текст] / Л.Я. Поляк - Спб: " Детство-Пресс", 2001г.
7. Чурилова Э.Г. Методика и организация театрализованной деятельности младших школьников: Программа и репертуар [Текст] / Э.Г. Чурилова. - М. : Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003.



**Проверочный тест по театральному искусству**

1. На эмблеме какого театра изображена чайка?

МХАТ

ТЮЗ

Большой театр

2. Когда отмечается Международный день театра?

27 апреля

27 марта

27 августа

27 мая

3. Один из ведущих жанров драматургии

Водевиль

Драма

Мелодрама

4. Определите основные средства актерского перевоплощения:

Бутафория

Маска

Занавес

Костюм

5. Что является средством выразительности театрального искусства?

Слово

Звуко-интонация

Освещение

Игра актеров

6. Первый ярус зрительного зала в театре:

Бельэтаж.

Портер.

Амфитеатр

7. Места в зрительном зале, расположенные за партером:

Бельэтаж.

Партер

Амфитеатр

8. Исполнитель ролей в драматических спектаклях и кино:

Бутафор

Сценарист

Актёр

9. Создатель литературной основы будущих постановок в театре:

Драматург

Режиссер

Художник

10. Элементы декорационного оформления спектакля:

Кулисы

Эскизы

Декорации

## УПРАЖНЕНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

### Правила дыхания при выполнении упражнений

- Подняли руки вверх и в стороны; отвели руки назад - делаем вдох.
- Свели руки перед грудью и опустили вниз - выдох.
- Наклонили туловище вперед, влево, вправо — делаем выдох.
- Выпрямляем или прогибаем туловище назад - вдох.
- Подняли ногу вперед или в сторону, присели или согнули ногу к груди — выдох.
- Опустили ногу, отвели ее назад, выпрямили из приседа — делаем вдох.
- Если при выполнении упражнения сложно определить начало вдоха и выдоха дышим равномерно, не задерживая дыхание.

### Ветер

Ветер сверху набежал,

Ветку дерева сломал: «В-в-в-в!»

Дул он долго, зло ворчал

И деревья все качал: «Ф-ф-ф-ф» (*Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.*)

### Гудок паровоза

Через нос с шумом вдох, задержав дыхание на 1 -2 с, с шумом выдох через рот, губы сложены трубочкой, со звуком «у» (выдох удлинен). Учимся дышать в темпе 3-6. Вдох короче 1—3 счета. Задержка дыхания, выдох длинный (1—6 счетов).

### Гуляем на полянке

В ходьбе с активными махами руками; глубокие вдохи-выдохи через нос. Чередовать разновидности ходьбы (на носках, высоко поднимая колени, «с кочки на кочку», перешагивание через предметы).

### Дыхательная гимнастика

Сделать вдох носом. На выдохе протяжно тянуть звуки «м-м-м», одновременно постукивать пальцами по крыльям носа. Несколько раз зевнуть и потянуться. Зевание стимулирует не только гортанно-глоточный аппарат, но и деятельность головного мозга, а также снимает стрессовое состояние.

### Дыхательная медитация

Сядьте прямо. Закройте глаза. Представьте, что вы вдыхаете аромат цветка... Нежный аромат цветка... Старайтесь вдыхать его не только носом, но и всем телом. Вдох. Выдох. Тело превращается в губку: на вдохе оно впитывает через поры кожи воздух, а на выдохе воздух просачивается наружу. Вдох. Выдох.

### Дышим глубже

Носом — вдох, (*Поднимание рук - на вдохе.*)

А выдох — ртом, (*Свободное опускание рук — на выдохе.*)

Дышим глубже,

А потом — Марш на месте, Не спеша,

Коль погода хороша!

### Завели машину

Завели машину,

(*Вдох.*)

Ш-ш-ш-ш,

(*Выдох.*)

Накачали шину,

(*Вдох.*)

Ш-ш-ш-ш,

(*Выдох.*)

Улыбнулись веселей И поехали быстрее,

*(Вдох.)*

Ш-ш-ш-ш-ш-ш.

*(Выдох.)*

### **Комплекс дыхательных упражнений «Кто и как?»**

1. Как пытит тесто? «Пых-пых-пых...»

2. Как паровоз выпускает пар? «Из-из-из...»

3. Как шипит гусь? «Ш-ш-ш...»

4. Как мы смеемся? «Ха-ха-ха...»

5. Как воздух выходит из шарика? «С-С-С...»

6. Подули на одуванчик. Дует на раскрытые ладони. «Ф-ф-ф...»

### **Ныряние**

Нужно два раза глубоко вдохнуть и выдохнуть, а затем, после третьего глубокого вдоха, «нырнуть под воду» и не дышать, зажав при этом нос пальцами. Как только ребенок чувствует, что больше не может «сидеть под водой», выныривает.

Упражнение рекомендуется выполнять между различными дыхательными комплексами, чтобы избежать головокружения.

### **Паровоз**

*Вариант 1.* Учитель предлагает сначала переводить дыхание после каждой строчки, затем через строчку и постепенно научиться говорить на выдохе.

Паровоз кричит: «Ду-ду-у-у! Я иду, иду, иду!» А колеса стучат, А колеса говорят: «Так-так, так-так. Чуф-чуф, чуф-чуф. Ш-ш-ш, у-у-у! Приехали!»

*Вариант 2.* Ускорять речитатив до максимального темпа, сопровождая его ходьбой на месте, переходящей в бег. Затем перейти на медленный темп, а в конце остановиться со звуком «пых» и расслабить все тело.

Я могу дышать, как паровоз, чух, чух, чух. Я пыхчу, пыхчу под стук колес, чух, чух, чух. Я пыхчу, пыхчу, пыхчу, пыхчу, чух, чух, чух. Развивать дыхание хочу, чух, чух, чух.

### **Птичка**

Птичка крыльшками замахала

И тихонько пропищала: «Пи-пи-пи».

*(Вдох. Выдох.)*

Руки к солнцу поднимаю

Руки к солнцу поднимаю,

И вздыхаю, и вздыхаю,

Опускаю руки вниз,

Выдох - паровоза свист.

На четыре — вдох глубокий,

Раз, два, три, четыре.

Раз, два, три, четыре. *(Упражнение на дыхание в положении стоя или сидя (требуют дозировки). На четыре счета — вдох, на четыре счета — выдох.)*

### **Скороговорки**

Нужно глубоко вдохнуть и произнести скороговорку на одном дыхании. Когда воздух закончится, ребенок должен запомнить, сколько Егорок он назвал.

На пригорке возле горки

Жили тридцать три Егорки:

Раз Егорка, два Егорка, три Егорка...

### **Сядем смирно, без движенья**

Сядем смирно, без движенья,

Начинаем упражненье, *(Выпрямиться, подбородок поднять, лопатки соединить.)*

Руки поднимем, *(Руки дугами внутрь вверх — вдох.)*

Потом разведем *(Руки в стороны — выдох.)*

И очень глубоко

Всей грудью вздохнем. *(Руки вниз, потом за голову.)*

Дышим раз и дышим два, *(Руки за голову, прогнуться, ноги разогнуть вперед — вдох, согнуться вперед, расслабиться — выдох.)*

За работу нам пора.

### **Филин**

Сидит филин на суку И кричит: «Бу-бу-бу-бу». *(Вдох. Выдох со звуком.)*

*(Вдох.) (Выдох.)*

*(Вдох.)*

*(Выдох.)*

*(Вдох.)*

*(Выдох.)*

*(Вдох.)*

*(Выдох.)*

*(Вдох.)*

### **Чайник**

Чайник на плите стоял,

Через носик пар пускал: «Паф-паф-паф-паф».

### **Что за праздничный парад**

Что за праздничный парад,

Здесь кругом шары летят, Флаги развеваются, Люди улыбаются. Воздух мягко набираем, Шарик красный надуваем. Пусть летит он к облакам, Помогу ему я сам!

### **Чудо-нос**

Носиком дышу, Дышу свободно, Глубоко и тихо, Как угодно. Выполню задание, Задержу дыхание... Раз, два, три, четыре -Снова дышим: Глубже, шире.

### **Шарик**

Учитель предлагает детям представить, что они воздушные шарики. На счет: один, два, три, четыре, — дети делают четыре глубоких вдоха и задерживают дыхание. Затем на счет 1-8 медленно выдыхают.

### **Шарик красный**

Воздух мягко набираем, Шарик красный надуваем, Шарик тужился, пыхтел, Лопнул он и засвистел: «Т-с-с-с!» *(Вдох. Выдох. Вдох. Выдох со звуком.)*

### **Бабочка**

И. п. — стоя, руки на поясе.

1 — отвести локти назад, вдох через нос, прогнуться. 2—3 — задержать дыхание. 4 - И. п., выдох через нос.

### **Беседа инопланетян**

И. п. — сидя.

Вдох через нос; на выдохе произносить носовой звук «м-м-м», слегка постукивая пальцами по крыльям носа. Постепенно удлинять выдох.

### **Ветер**

И. п. - ноги шире плеч, руки на поясе.

1 — наклон к правой ноге, левая рука вверх, выдох.

2-И. п., вдох.

3 — то же к другой ноге, выдох. 4-И. п., вдох.

### **Ветер качает деревья**

И. п. — стоя, руки вверх.

Поочередные наклоны в стороны с плавными движениями рук (как веточки); дыхание через нос.

### **Воздушный шарик**

И. п. - упор - присев.

1 — встать, через стороны руки вверх, потянуться, вдох через нос — «шарик взлетел».

2-6 — удерживать статическое напряжение и задерживать дыхание на вдохе.

7—8 — И. п., выдох через нос — «шарик улетел».

### **Грибки**

И. п. - стоя на коленях.

1 — руки вверх, прогнуться, глубокий вдох через нос «выросли». 2-4 — сесть на пятки, наклониться вперед, руки отвести назад-вверх, выдох — «спрятались».

### **Головой кивает слон, он слонихе шлет поклон**

И. п. — стоя на четвереньках.

Наклоны головы по возможной амплитуде с медленными глубокими вдохами-выдохами через нос.

### **Дракончик**

И. п. — сидя.

1—4 - глубокий вдох через нос.

5—8 - похлопывать пальцем по правой половине носа на выдохе, произносить «м-м-м», то же с другой половиной.

### **Ёжики**

И. п. — сидя.

1 — глубокий вдох через нос.

2—4 - прерывистые выдохи (пофыркивание) через нос.

### **Загораем**

И. п. — лежа на животе, руки под подбородком. Свободные махи вверх-вниз; вправо-влево ногами, согнутыми в коленных суставах, дыхание не задерживать.

### **Запахи весны**

п. — стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе. 2 — 3 — поворот туловища влево, глубокий вдох через нос.

- И. п., выдох через рот. 6—7 — то же в другую сторону.

- И. п.

### **Змея**

И. п. — сидя на коленях.

Медленный глубокий вдох через нос; задержка дыхания на 4—5 с. (змея затаилась); медленный выдох через нос.

### **Игра с пушинкой**

И. п. — лежа на животе, руки произвольно. Выполнять резкие выдохи носом, стараясь сдуть пушинку как можно дальше, рот закрыт.

### **Каша кипит**

И. п. — стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 — прогнуться, вдох через нос, задержать дыхание на 5-6 с. 2-3 — 4 - прерывистый выдох через прикрытые губы, произносить звук «пф-ф-ф».

### **Мужжалки-нужжалки**

И. п. — о. с.

1 — руки в стороны, глубокий вдох через нос. 2-3 — руки вперед, выдох с произношением носовых звуков «м-м-м» при закрытом рте. 4-И. п.

5 — руки в стороны, глубокий вдох через нос. 6—7 - руки вверх, вдох с произношением носовых звуков «н-н-н» при закрытом рте. 8-И. п.

### **Мы проснулись утром ранним**

И. п. — стоя ноги на ширине плеч, руки в замке за головой. 1—2 — руки вверх — в стороны, потянуться, вдох. 3—4— 5—6 - руки вниз, выдох.

### **Надуваем шар**

И. п. — сидя.

На вдохе через нос выпятить живот; на выдохе — втянуть по возможной амплитуде.

### **Нам холодно**

1—4 - вдох через нос.

5—12 — выдох через нос, обнять себя за плечи как можно сильнее.

### **Нарисуй линию**

**И. п.** — сидя.

Поворот головы вправо, глубокий вдох через нос. Медленный поворот головы по возможной амплитуде с продолжительным выдохом через нос «рисуем линию» (то же в другую сторону).

### **Незнайка**

**И. п.** — о. с.

Поднять плечи, вдох через нос. Опустить плечи, выдох через нос.

### **Посмотри на друга**

**И. п.** — стоя, руки на поясе.

1 - повороты головы вправо - вдох через нос.

2—4 — **И. п.** — выдох через рот.

5 — поворот головы влево — вдох через нос.

6—8 — **И. п.** — выдох через рот.

### **Прищепка**

**И. п.** — о. с, вдох через нос.

На выдохе зажать пальцами нос (2-3 с), полный выдох через нос.

### **Птички летят**

**И. п.** — о. с.

1—2 — через стороны руки вверх, вдох через нос. 3—4 - руки вниз, выдох через нос.

### **Сдуй лепесток**

**И. п.** — сидя (стоя), на ладони нарезанная бумага (пушинки, лепестки).

Глубокий вдох через нос, задержать дыхание на 2—3 с. Прерывистые выдохи через нос, стараясь сдуть по несколько «лепестков».

### **Собака берет след**

**И. п.** — стоя на четвереньках.

«Принюхивание» — прерывистые вдохи через нос; выдох произвольный.

### **Спящая красавица**

**И. п.** — лежа на спине.

1—2—3—4 — медленный вдох через нос.

5—6—7—8—9—10 — медленный выдох через нос.

### **Хохотунчики**

**И. п.** - сидя, упор сзади.

1—4 — вдох через нос, рот закрыт.

5—10 — выдох при закрытом рте с произношением «ха-ха-ха».

### **Комплекс упражнений для развития дыхательной системы**

#### **1. «Тик-так»**

**И. п.** — стойка ноги врозь.

1 — мах руками назад («тик»).

2 — мах руками вперед («так»). Повторить 8-10 раз.

#### **2. «Насос»**

**И. п.** — стойка ноги врозь — вдох.

1 - выдох с наклоном туловища вправо, руки скользят вдоль туловища со звуком — «вжик».

2 — выпрямиться, вдох.

3—4 - повторить в другую сторону («вжик»). Повторить все движения по 4—6 раз в каждую сторону.

**3. «Ку-ка-ре-ку»** Повторить 5—6 раз.

**4. «Паровозик»**

Ходьба на месте, согнутые руки выполняют круговые, поочередные движения вдоль туловища, приговаривать на выдохе: «Чух-чух-чух». Повторять в течение 20—30 с.

#### **5. «Каша кипит»**

И. п. - правая рука на животе, левая рука на груди. 1—2 — втянуть живот и сделать вдох грудью. 3—4—опуская грудь, делать выдох и выпячивать живот, произнося: «ф-ф-ф-ф». Повторить 3—4 раза.

#### **6. «Семафор»**

И. п. — сидя, пятки и носки вместе. 1—2 - руки в стороны, вдох.

3-4 - медленно выдыхая, руки вниз, произнося звук «с-с-с-с-с». Повторить 3—4 раза.

#### **7. «Рубка дров»**

И. п. — стоя в проходе между партами.

Изобразить рубку дров. Поднять руки — вдох. Опустить руки — выдох, произнося: «Ух-хх! Ух-хх!» Повторить 3—4 раза.

#### **8. «Маятник»**

И. п. — стоя в проходе между партами.

Вдох. Наклоны в стороны, произнося: «Т-у-у-х-х-х! Т-у-у-у-х-х-х!» — выдох.

## Приложение №3

### Аплодисменты

Чаще всего люди аплодируют на концертах и на собраниях. С помощью аплодисментов они выражают свое отношение к тому, кто выступает на этом концерте или собрании. Поскольку отношение к выступающему может быть разным, разными бывают и аплодисменты. Изобразите аплодисменты, которые можно было бы определить как...

- бурные, восторженные;
- громкие, подбадривающие;
- сдержанные, деликатные;
- ленивые, снисходительные;
- заискивающие, подхалимские.

### Сцена знакомства

Каждый человек постоянно с кем-то знакомится. Существуют даже всевозможные советы, как правильно познакомиться, чтобы создать о себе хорошее впечатление. Но эти правила действуют только в привычных, обыденных условиях. А если предстоит невероятное знакомство и нужно преодолеть языковой барьер? Как тогда вести себя? Представьте и инсценируйте ситуацию, в которой знакомятся...

- космонавты с инопланетянами;
- охотники со снежным человеком;
- новый владелец замка с обитающими в нем привидениями;
- моряк, выброшенный после кораблекрушения на берег, с племенем людоедов.

### Необычная декламация

Декламация — это выразительное чтение стихов. Но иногда красиво продекламировать стихи бывает просто невозможно. Попробуйте прочесть стихотворение М.Ю. Лермонтова «Парус», но так, словно...

- вы сильно замерзли;
- вам придавило ногу;
- у вас во рту горячая картошка;
- вы очень сильно хотите спать;
- вас сейчас расстреляют.

### Птичьи танцы

В жизни всех птиц бывает такой период, когда они начинают танцевать. Этот период называют брачным. Конечно, танцуют птицы в это время по-разному: кто-то изящно и

грациозно, кто-то — неуклюже и смешно. Попробуйте изобразить, как они это делают. Покажите танцы...

- журавля;
- пеликана;
- страуса;
- пингвина;
- грифа-стервятника.

В качестве танцевальной музыки воспользуйтесь пьесой румынского композитора Рамо Ромироса «Жаворонок» в исполнении оркестра Поля Мориа. Эта пьеса известна всем как музыкальная заставка к передаче «В мире животных».

### **Походка**

Каждый человек обладает своей индивидуальной походкой. У одного походка — гордая, уверенная, у другого — суетливая, спешащая, у третьего — вальяжная, ленивая. Попробуйте изобразить походку человека...

- который только что пообедал;
- у которого жмут ботинки;
- который неудачно пнул кирпич;
- у которого начался острый приступ радикулита;
- который оказался ночью в лесу.

### **Эмоциональные ноги**

Человек — очень эмоциональное существо. Мы, люди, пользуемся огромным арсеналом средств для выражения своих эмоций. Конечно, в первую очередь мы демонстрируем эмоции мимикой лица, но не менее выразительными могут быть спина, плечи, кончики пальцев и даже уши. Попробуйте только с помощью ног продемонстрировать такие эмоциональные состояния, как...

- гнев;
- почтение;
- страх;
- восторг;
- презрение.

### **Находчивые музыканты**

Когда музыкант играет на своем инструменте, у него, как правило, заняты обе руки. А вдруг в это время с ним что-нибудь случится? Попробуйте изобразить, как будет действовать музыкант, если во время выступления с ним случится непредвиденное. Инсценируйте ситуацию:

- скрипач, у которого по лбу ползет муха;
- трубач, у которого сваливаются брюки;
- пианист, у которого внезапно заболел живот;
- баянист, у которого к ботинку прилипла жвачка;
- гитарист, у которого жутко зачесалась спина.

### **Бытовая техника**

Много лет назад Леонид Ярмольник прославился тем, что изображал разные неодушевленные предметы. Попробуйте повторить творческий путь ныне знаменитого артиста и с помощью жестов и мимики изобразите некоторые предметы бытовой техники:

- утюг;
- будильник;
- чайник;
- телефон;
- миксер.

### **Необычный обед**



Все люди несколько раз в день принимают пищу. Главный прием пищи в течение дня называется обедом. И хотя обедают все люди на планете, они делают это по-разному. Как человек обедает, зависит от его воспитания и от обстановки, в которой проходит обед. Покажите, как обедают...

- моряки на корабле, попавшем в бурю;
- солдаты на боевом участке фронта;
- королевская семья во дворце;
- полярники, совершающие переход по льдам к Северному полюсу;
- космонавты на орбитальной станции.

### **Жест прощания**

При расставании принято прощаться, то есть какими-то особыми действиями обозначить завершение встречи.

Где-то прощаются, пожимая друг другу руки, где-то кланяются по пояс, где-то машут вслед уходящему платком. Самые интересные жесты прощания бывают у представителей различных партий и общественных организаций. Покажите, как могли бы прощаться представители...

- партии любителей коровьего молока;
- сообщества ночного образа жизни;
- фонда возрождения травоядных динозавров;
- движения особо пузатых людей;
- союза любителей зимнего плавания.

### **Муки творчества**

Создать новое произведение искусства очень непросто. Недаром же существует выражение «муки творчества». Оно означает, что все шедевры рождаются лишь в результате невероятных, «мучительных» усилий художника. Попробуйте показать в маленьком этюде-пантомиме процесс творческой работы, или «муки творчества»...

- писателя;
- композитора;
- художника;
- скульптура;
- фотографа.

### **Танцующие пальцы**

Танцы — это занятие, в котором главное место занимают ноги. Но танцы можно исполнять и с помощью других частей тела. Например, можно танцевать пальцами рук. Представьте, что поверхность стола — это пол дискозала. Создайте из средних и указательных пальцев своих рук танцевальные пары. И пусть на этом паркете эти пары попробуют исполнить...

- польку;
- танго;
- чарльстон;
- румбу;
- шейк.

### **Аэробика**

Аэробика — это ритмическая гимнастика или комплекс гимнастических упражнений, выполняемых под музыку. Первоначально аэробика появилась в США, а затем быстро распространилась по миру. И по мере того как аэробика завоевывала все новые страны, в ней стали исчезать упражнения, характерные только для американцев, и стали появляться движения, характерные для других национальных культур. Постепенно в каждой стране возникла своя школа аэробики. Попробуйте показать комплекс упражнений аэробики, который по характеру движений мог бы называться...

- китайский,
- немецкий;
- индийский;

- испанский;
- бразильский.

### **Игра с буквами-1**

Один ребенок рисует пальцем слово на спине или заведенной за спину ладони другого играющего; второй — угадывает.

### **Игра с буквами-2**

Один участник берет двумя руками выпрямленную руку товарища, стоящего с закрытыми глазами, и ею выписывает в воздухе буквы загаданного слова. «Жмурка» должен узнать слово.

### **Игра с буквами-3**

Взрослый пишет букву на доске, затем предлагает детям повторить рисунок буквы: выпрямленной, как шлагбаум, рукой; рукой от локтя (кисть неподвижна); кистью; двумя руками вместе; языком; левым мизинцем; правым плечом; коленкой и т. д.

### **Зеркало**

Группа разбивается на пары. Первые номера — «зеркала», вторые — люди перед зеркалом. Игра проходит в полной тишине. Задача: добиться взаимопонимания и синхронизировать действия. Затем ребята меняются ролями.

### **Ладонки**

Дети стоят парами. Один закрывает глаза и протягивает ладони вперед. Второй молча пытается касаниями ладоней и пальцев передать какую-то картинку. Например: осень, дождь, снегопад, фонари, двое на лавочке и т. п. Потом пары меняются. В обсуждении рассказывается, кто что хотел передать, насколько это получилось и почему.

### **Сенсорика**

Человек стоит в центре. К нему со спины кто-то подходит. Попытаться определить пол человека, а если получится, то и имя.

### **Человек с закрытыми глазами (вариант упражнения «Сенсорика»)**

Окружающие по очереди прикладывают палец к его лбу. Он должен постараться определить имя дотронувшегося.

### **Мышеловка**

Из группы выделяются две тройки, которые берутся за руки, встают в кольцо и закрывают глаза. Группа цепочкой проходит сквозь кольца. В какой-то момент тройки резко опускают руки — мышеловка захлопывается. Их задача — не разговаривая, не трогая руками, определить количество людей, оказавшихся в кольце.

### **Остановка рук**

У человека закрыты глаза. Напарник постепенно приближает к нему руки. Когда первому покажется, что чужая рука находится от него на расстоянии 1 см, нужно сказать: «Стоп».

Вариант: напарник подходит к человеку, стоящему с закрытыми глазами. Когда тот почувствует приближение, он должен сказать: «Стоп».

### **Сколько нас?**

С закрытыми глазами (стоя на месте) определить, сколько человек в зале и кто где находится.

### **Пойми меня**

Играют две команды. Команды загадывают слова (обязательно имена существительные) и выбирают по одному водящему. Команда, которая первой придумает слово, начинает игру. Водящему команды противника сообщается загаданное слово, и он должен, используя только жесты и мимику, показать слово так, чтобы его команда догадалась, какое слово было загадано. Затем команды меняются ролями.