

Министерство образования и науки Республика Бурятия  
Управление образования МО «Мухоршибирский район»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тугнуйская средняя общеобразовательная школа

# *«Актерские разминки»*

Театрального кружка  
«НЕПОСЕДЫ!»

Тема: «Актёрские разминки.»

Цель деятельности: создать условия для раскрытия и развития творческого потенциала каждого ребенка; умения передавать эмоциональное состояние героев мимикой, жестами, телодвижениями; через игровые упражнения помочь детям избавиться от излишних психологических зажимов и комплексов; помочь овладеть навыками коллективного взаимодействия и общения.

Формы и методы: коллективная, групповая, индивидуальная; словесный, игровой, практический.

Виды упражнений: упражнения на выразительность голоса, мимики, жестов.

#### **Ход занятия:**

##### **1. Приветствие. Организационный момент**

Психологический настрой.

- Здравствуйте, ребята!

Дети, как я рада, что мы опять собрались все вместе. Я с удовольствием смотрю на ваши симпатичные лица. Стряхните сон! Пожелайте друг другу удачи. Сегодня у нас много интересной работы.

Я вас приветствую, друзья

Грустить сегодня нам нельзя

Меня приветствуйте в ответ

Скажите громко всем (*привет*)

Учиться нам, друзья не лень!

Вы говорите (*добрый день*)

##### **1) Упражнение-игра «Здравствуйте».**

Сегодня у нас на занятии много гостей, и нам нужно со всеми поздороваться, но мы же с вами настоящие актеры, поэтому будем здороваться, определенным способом. Каждый выберет себе интонацию, с которой будет здороваться, поиграем с интонаций.

2) Для начала я хочу посмотреть ваше настроение, с каким вы пришли на занятие. У кого хорошее настроение - похлопайте в ладоши, у кого грустное - потопайте ногами. Я надеюсь, к концу занятия ваше настроение только улучшится, мы с вами научимся чему-то новому и с пользой проведем время.

- |                             |                |
|-----------------------------|----------------|
| 1. гнусавый (зажимаем нос); | 2. резкий;     |
| 3. скрипучий;               | 4. дрожащий;   |
| 5. писклявый;               | 6. плаксивый;  |
| 7. с одышкой;               | 8. робкий;     |
| 9. устрашающий;             | 10. шёпотом;   |
| 11. саркастический;         | 12. ябеда;     |
| 13. мелодичный;             | 14. уверенный; |
| 15. властный;               |                |

##### **2. Актуализация знаний. Постановка цели. Формулирование темы**

Девизом нашего внеурочного занятия станут слова: «Актером не рождаются, актером становятся». Как вы думаете, что значат эти слова? А от кого или чего зависит артистичность человека? Какими важными качествами должен обладать актер?

-Так о чём пойдёт сегодня речь?

И действительно, тема нашего **занятия** «*Актёрские разминки*».

Если бы мы с вами ставили сказку на сцене, то мы должны научиться говорить, как сказочные герои, правильно ходить.

Сегодня будем продолжать готовиться к выступлению на сцене.

Мы будем продолжать учиться передавать эмоциональное состояние героев мимикой, жестами, телодвижениями.

## 2 Разминка

Перед тем, как начать игру на сцене, актёру нужно подготовить своё тело, разогреть все мышцы, чтобы оно стало более пластичным. Каждое своё занятие мы начинаем с разминки

Начнём наше **занятие с речевой разминки.**

А) Жужжала муха около уха. ж-ж-ж

Летел комар и звенел. з-з-з

Скакала лошадка. цок-цок

Рычал тигрёнок. р-р-р

Ползла змея. ш-ш-ш

Для того, чтобы правильно и красиво говорить, необходимо проводить артикуляционную гимнастику.

Артикуляционная гимнастика - упражнения для тренировки органов артикуляции, необходимая для правильного звукопроизношения.

И начнём мы разминать наши губы.

### 1) Упражнение «Лягушка и слоник»

**Широко** улыбнёмся, показав сомкнутые зубы, улыбаемся широко, как лягушки, а теперь губки вытягиваем трубочкой вперёд, тянем сильнее, как хоботок у слоника. Мы сейчас будем по очереди превращаться то в лягушку, то в слоника.

На счёт «раз» широко улыбаемся, на счёт «два», тянем хоботок.

**А теперь разомнём язычок.**

### 2) Упражнение «Лошадка»

Приоткроем рот, улыбнёмся, показав зубы. И поцокаем язычком, как будто лошадка скачет и цокает копытцами медленно-быстрее-быстро-медленно с короткими паузами для отдыха. Смотрите за своим язычком и старайтесь не

двигать нижней челюстью.

Напоминаю, что мы стараемся дышать диафрагмой, а не грудью.

Артикуляционная гимнастика - упражнения для тренировки органов артикуляции (гортань, язык, мягкое и твёрдое нёбо, зубы, губы, носоглотку) необходимые для правильного звукопроизношения.

### **Статистические упражнения**

Упражнение «Лопаточка». Высунуть широкий язык, расслабить и положить на него нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Удерживать язык в таком положении 10 сек., выполнять 6-8 раз

Упражнение «Трубочка». Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять упражнение 6-8 раз.

### **Динамические упражнения**

*Упражнение «Вкусное варенье».*

Высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта. Выполнять упражнение 6-8 раз.

*Упражнение «Орешек».*

Рот закрыт, кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки, на щеках образуются твердые шарики - "орешки"

*Упражнение для речевого аппарата «Звукоряд»*

Произнесите поочередно гласные звуки, стараясь максимально удлинить каждый звук на одном выдохе: и- э- а- о- у –ы –и. Старайтесь чтобы звуки произносились на одном дыхании, постепенно усложняя упражнение количеством произнесенных звуков на одном дыхании.

*Дикционное упражнение, упражнение на силу голоса на основе скороговорки.*

Скороговорку следует сначала произносить медленно, артикулируя каждый звук, а потом постепенно переходить к скороговорке.

Скороговорка

Женя с Жанной подружилась.

Дружба с Жанной не сложилась.

Чтобы жить с друзьями дружно,

Обижать друзей не нужно.

3) **Упражнение «Яблоки»** на напряжение и расслабление всех мышц тела.

Встаньте прямо, поднимите руки вверх, поднимите голову, посмотрите на свои руки. Теперь поднимитесь на носочки. Сильно потянитесь, как будто вы хотите сорвать

самое вкусное яблоко, но оно очень высоко и нужно до него дотянуться. Напрягите все тело. Сильно-сильно! Продержитесь в таком положении секунд 7-10, а затем расслабьтесь. Не так-то просто сразу расслабить тело, а вот после сильного напряжения это сделать легко. И ещё 3 раз.

### III. Усвоение новых знаний и способов действий.

- Ребята, скажите, что нужно, для того чтобы хорошо сыграть свою роль? (хорошо двигаться, говорить, думать, как герой, знать текст и т.д.) Т.е. хорошо владеть мимикой, жестами, голосом.

Творческие задания на развитие пантомимики:

1. Взять со стола карандаш так, как будто это:

- червяк
- горячая печеная картошка
- маленькая бусинка.

2. Определить по походке прохожего (*балерина, солдат, старый человек, манекеница*)

3. Показать частями тела:

- как твои плечи говорят: «*я горжусь*».
- как твоя спина говорит: «*я старый, больной человек*».
- как твой рот говорит: «*М-м-м, я люблю это печенье...*»
- как твое ухо говорит: «*Я слышу птичку*».
- как твой нос говорит: «*Мне что-то не нравится...*»
- как твой палец говорит: «*иди сюда*».

### IV. Физминутка

Превратимся в маленьких котят

1. Однажды котенок пошел гулять и в витрине магазина увидел другого котенка, сначала он удивился

2. Брови подняты вверх, произносим звук о ооооо

3. Котенок в витрине, сделал тоже самое

4. Брови подняты, произносим звук оооооо

5. Тогда котенок рассердился

6. Брови нахмурены, произносим ааааа

7. Котенок в витрине сделал тоже самое

8. Увидев сердитого котенка, наш котенок разозлился и произнес ффффффф

9. Растопыриваем коготки и произносим ффффф

10. Но тут котенок понял, что это его отражение

11. И очень обрадовался

12. Улыбаемся во весь рот в широкой улыбке

13. Довольный котенок взглянул на себя и запел песенку мур мур

14. Потом он попрощался со своим новым приятелем мяу мяу

## V. Продолжение работы по теме

Дети делятся на пары, каждая получает определенные ситуации, которые они должны показать с помощью **мимики и жестов без слов**. Остальные должны угадать, что они делают.

У нас Театральная мастерская, поэтому все становятся актёрами. Уважаемые гости, мы Вас приглашаем разыграть с нами вместе сценки.

### Ученики

I пара «Ученика, который не сделал домашнюю работу, учитель вызвал к доске. Учитель спрашивает, а ученик не знает. Учитель ругает, требует дневник, ставит двойку. Ученик идёт на место, голову повесив.

II пара «Ребенок играл в мяч и случайно разбил окно директора. Директор выбежал и начал ругаться. Ребёнок сильно переживает, плачет навзрыд.

III пара «Волк погнался за зайцем, но не догнал и остался голодным. Волк переживает **горе**, а заяц **радуется**»

IV пара «Поход к зубному врачу»

Болят сильно зуб, но сильно боится доктора. Доктор пытается открыть ему рот и вылечить зуб, больной сопротивляется, не даёт.

V пара «Медведь случайно наступил на ежа и уколол лапу. Медведь злится, ругается на ежика, а ёжик чувствует себя виноватым, сильно переживает»

VI пара «Вы пытаетесь занести диван в комнату, а он не входит.»

## 2) Сейчас мы с вами разыграем мини-спектакль «Храбрый рыцарь».

5 человек, которые будут изображать роли:

Луна, Собака, Конь, Иван, Марья. (**атрибуты**)

**Массовка изображает:** дуновение ветра, качание деревьев, ливень.

Итак, начинаем:

1. Взошла луна (ученик становится на стул)
2. Где-то залаяла собака (ученик, изобр. собаку, лает)
3. Подул сильный ветер (массовка дует)
4. Закачались деревья (массовка машет руками из стороны в сторону)
5. Полил сильный дождь (массовка стучит по коленям)
6. В глухом лесу заблудилась Марья. (ходит между массовкой) Она громко плачет. Услышав её рыдания, на лихом коне прискакал Иван. Он слез с коня, обнял Марью, посадил её на коня и увёз в своё

царство».

## V. Подведение итогов. Рефлексия.

### Игра – упражнение на проявление эмоций «До свидания».

**Цель:** показать, как изменилось эмоциональное состояние в процессе занятия через ритуал прощания.

Наше занятие окончено. Спасибо большое за работу. И традиционно заканчиваем наше занятие упражнением «До свидания». Покажите, какие эмоции были у вас во время занятия произнося фразу «До свидания». А теперь

попрощайтесь теми эмоциями, с которыми вы уходите после занятия. Учащиеся прощаются друг с другом, согласно, тому настроению (радость, разочарование, негодование, безразличие...), с которым покидают занятие, стараясь, как можно точнее передать эмоциональное состояние.

Благодарю всех за внимание.

I пара «Ученика, который не сделал домашнюю работу, учитель вызвал к доске. Учитель спрашивает, а ученик не знает. Учитель ругает, требует дневник, ставит двойку. Ученик идёт на место, голову повесив.

II пара «Ребенок играл в мяч и случайно разбил окно директора. Директор выбежал и начал ругаться. Ребёнок сильно переживает, плачет навзрыд.

III пара «Волк погнался за зайцем, но не догнал и остался голодным. Волк переживает **горе**, а заяц **радуется**»

IV пара «Поход к зубному врачу»  
Болит сильно зуб, но сильно боится доктора. Доктор пытается открыть ему рот и вылечить зуб, больной сопротивляется, не даётся.

V пара «Медведь случайно наступил на ежа и уколол лапу. Медведь злится, ругается на ежика, а ёжик чувствует себя виноватым, сильно переживает»

VI пара «Вы пытаетесь занести диван в комнату, а он не входит.»

