**Театральное занятие по актерскому мастерству «Сценическое движение. Пантомима»**

**Возраст обучающихся** 10 - 12 лет  
**Продолжительность занятия:** 45 минут  
**Раздел программы:** актерское мастерство  
**Цель:** создание условий для личностного развития ребенка через сценическое движение.  
**Задачи**  
1. Познакомить с понятиями сценическое движение и пантомима;  
2. Развивать мимику и пластику;  
3. Воспитывать сценическую культуру.  
**Форма проведения**: занятие – игра  
**Форма организации занятия:** групповая  
**Методы обучения**  
1. Словесные методы: беседа, объяснение заданий, диалог  
2. Наглядные: метод показа и демонстрации  
3.Метод практико-ориентированной деятельности: упражнения, игры.  
4. Метод психологического и физического воздействия: одобрение, похвала, исправление ошибок.  
**Средства обучения**: средства автоматизации (компьютер, мультимедийная презентация «Пантомима»; раздаточные материалы (карточки с заданиями).  
**Оборудование и реквизит:** звуковоспроизводящая аппаратура, компьютер, мультимедийный проектор, экран.  
**Ожидаемый результат:** приобретут практический навык сценического движения, научатся с помощью мимики и жестов передавать информацию.

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент.**  
**Приветствие.** Эмоциональный настрой на работу.

**Упражнение «Встреча»**. Каждому обучающемуся найти свой способ поприветствовать партнера с помощью мимики и жестов (например, обняться, кивнуть, пожать руку и т.д.), показывая настроение уже с помощью интонации.

**2. Основной этап.**

**Педагог:** Важнейшим элементом выученности актёра является сценическое движение. Оно направлено на то, чтобы сделать мышцы актёра пластичными, а тело послушным воле исполнителя. Перед выступлением нужно разогреть не только голосовые связки, но и мышцы, так как во время выступления иногда нужно танцевать, быстро двигаться, даже кувыркаться и падать. И чтобы актёр не потянул ногу, не уронил на сцене какой-либо предмет, ему нужно правильно двигаться по сцене.  
  
**Упражнения на разогрев мышц.**  
**Упражнение 1**. Исходное положение – стоя, руки опущены. Поднимите правое плечо, дотроньтесь плечом до мочки уха. Голову наклонять нельзя. Зафиксируйте положение. Опустите плечо, просто бросьте его вниз. То же самое повторите с левым плечом. Повторяйте Упражнение до тех пор, пока не появится ощущение тяжести в плечах.  
**Упражнение 2**. Исходное положение – стоя. Поднимите руки перед собой. Сожмите обе ладони в кулаки – как можно сильнее. Напрягите руки, вытянув их вперед как можно дальше. Резко сбросьте напряжение, разжав кулаки и уронив руки. В пальцах должны появиться теплота и покалывание.  
**Упражнение 3.** Исходное положение: стоя. Стопы чуть вывернуты носками внутрь, расстояние между ними – 45–50 см. Согните колени, поставьте кулаки на поясницу и как можно сильнее прогнитесь назад. В этом состоянии постарайтесь максимально расслабиться. Посчитайте вдохи и выдохи (дыхание брюшное). Стойте так, пока не появится дрожь в ногах. Вернитесь в исходное положение, расслабьтесь.  
**Упражнение 4.** Исходное положение: стоя. Стопы повернуты внутрь, расстояние между ногами – 25–30 см. Наклонитесь вперед и коснитесь руками пола, но только коснитесь – опираться на руки нельзя. Встаньте на цыпочки. Удерживайте это положение до тех пор, пока ноги не начнут дрожать. Медленно поднимитесь, вернитесь в исходное положение, расслабьтесь.  
**Упражнение 5.** Из положения стоя наклонитесь назад, прогнувшись, и обопритесь руками на стоящий позади стол. Колени разведите. Удерживайте позу в течение 2–3 минут. Это упражнение снимает мышечные зажимы в паховой области.  
**Упражнение 6.** Исходное положение – сидя или стоя. Спину держать как можно более прямо. Наклоните голову вперед, подбородок прижат к груди. Медленно поднимайте голову, ощущая, как напрягаются задние мышцы шеи. Плавно поднимайте голову и так же плавно опустите ее назад. Расслабьтесь, сосчитайте до 10. Затем вернитесь в исходное положение. Наклоните голову влево и медленно поднимайте ее, переводя подъем головы в наклон в правую сторону. Старайтесь фиксировать сознанием напряжение и расслабление в разных частях шеи. Повторяйте это упражнение по 10–12 наклонов вперед-назад и по сторонам. Упражнение 7. Исходное положение – стоя. Ноги на ширине плеч. Согните правую ногу в колене и поднимите ее перед собой под углом 90 градусов. Теперь разверните ногу вправо, так, чтобы она была в одной плоскости с туловищем. Зафиксируйте это положение. Почувствуйте напряжение в мышцах бедер, ягодиц, в пояснице и левой ноге. Сосчитайте до 10 и сбросьте напряжение. Нога идет в исходное положение. То же самое повторите с левой ногой. Всего – по 10–12 раз на каждую ногу.  
Педагог: Один из видов выразительных движений человека, охватывающий изменения в походке, осанке, жестах, которые передают его психическое состояние, переживания, отношения к тем или иным явлениям называют пантомимой.  
*(Просмотр презентации «Пантомима»)*  
Слово «пантомима» греческого происхождения, переводится как «всё воспроизводящий подражанием». Пантомима – это миниатюра без текста, которую исполняет группа артистов или один артист. Из чего же складывается пантомима? Это и мимика, и жесты, и осанка, и походка. Давайте вспомним, что такое мимика? (Ответ: Мимика – это движение лицевых мышц, изменение выражения лица.) А что такое жест? (Ответ: Жест – движения рук, сопровождающие речь актёра или заменяющие её.) Сейчас вам нужно с помощью мимики и жестов показать предложенные выражения: 1. Вот такой арбузище купила. 2. Малюсенький такой пузырёчек. 3. Фи, какой противный! 4. Ну, я не знаю! 5. Всё в порядке!  
**Сценическое движение** – важнейшая составляющая внешней техники актёра. Целью развития этого навыка является выработка реакции, координации движений, способности передать внутренний мир и переживания героя через язык тела. Сейчас вы будете выполнять практические задания. Вы двигаетесь по сцене под музыку шагом, бегом, по одному, вдвоём. Как только музыка останавливается, вы замираете. (Звучит музыка). Попробуйте оправдать свою позу. Представьте, что вы делаете? Покажите нам это. (Дети выполняют задание. Оно повторяется несколько раз). Теперь вы превращаетесь в кукол-марионеток. Кто скажет, что это за кукла? (Ответ: Марионетка – напольная кукла, которой управляет кукловод с помощью веревочек, привязанных к рукам и ногам куклы). Отсюда и пошло выражение «дёргать за веревки».  
**Упражнение «Ожившая кукла».** История такова. Вы куклы-марионетки, лежите в комнате на полках. Вот кукловод заходит в комнату и куклы оживают, расправляют плечи, руки, ноги. Но не забывайте, что к рукам и ногам тянутся нити. Ваши куклы оживают по моим хлопкам, до счёта 15. Да, и не забудьте, что каждая кукла имеет свой характер, свою внешность. Внимание! Приготовились, начали. (Педагог хлопает, считает, ученики выполняют задание).  
Какие разные куклы у нас получились! Попробуем угадать, кто из них, кто. Продолжим выполнение заданий в парах. (Педагог разбивает детей на пары). Упражнение «Разговор через стекло». Одному из участников пары даётся карточка, на которой написано предложение, которое участник должен передать своему напарнику. Представьте, что между вами звуконепроницаемое стекло. И одному нужно передать информацию другому. А тот, в свою очередь, должен постараться понять и ответить партнёру. Задание понятно? Тогда приступим. (Выполняется задание). Теперь поменяйтесь парами. (Выполнение задания)  
**Следующее задание** – «Надувной мячик». Один из вас в паре будет изображать насос, другой – мячик. Как работает насос, знаете? Мячи должны быть готовы на счёт 10. Задача мячей ровно распределить движения, чтобы мяч был хорошо надут, но не лопнул. Задание понятно? Приступаем.  
Следующее творческое задание для всего коллектива «Пристройка». Один игрок загадывает любое действие: Играю в шахматы, поливаю цветы, мою полы и т.д. Все остальные стараются понять, какое действие загадал ведущий, если догадался, встаёт где-то рядом «пристраивается» и делает действие, которое может быть выполнено вместе с этим. Должна получиться общая композиция. Не забывайте о том, что располагаться нужно по всему залу, занимая всю сценическую площадку. У кого есть желание быть первым? Пожалуйста. (Выполняется задание.)  
И последнее задание «Зоопарк». Это как раз этюдное задание по пантомиме. В зоопарке все животные находятся в своих вольерах. Сейчас вы загадаете животного или птицу, выберете себе место в зале и попробуйте их изобразить. А мы постараемся узнать, кого вы нам показываете. Приготовились, расположились. Мы в зоопарке. (Выполняется задание).  
**Упражнение «Представьте себе».**  
1. «У вас в руках яблоко, большое-пребольшое. Вы широко открываете рот и кусаете яблоко. Фу! Оно горькое. Вы берете второе яблоко, откусываете. Ой! Оно кислое. Вы берете третье яблоко, откусываете – сладкое».  
2. А как показать, что вам попался кислый лимон?  
3. Перед вами ваза с цветами. Вы вдыхаете аромат цветов. Ах, какая прелесть!  
Как выразительно у вас получается!  
- **Игра «Угадай профессию».** Цель - тренировка фантазии и изобретательности.  
Без слов и подручных предметов изобразить работника какой-либо профессии так, чтобы остальные догадались, о ком речь.  
  
**Игра «крокодил»**. Цель игры – без слов показать предмет, фразу, чувство событие. Простая, но веселая игра прекрасно тренирует выразительность, развивает мышление, учит быстро принимать решения.  
Инсценировка пословиц. Цель упражнения – при помощи небольшой сценки показать известную пословицу. Остальные должны понять смысл происходящего на сцене.  
  
**3. Итоговый этап.**  
Педагог: Как вы думаете трудно показывать пантомиму? Почему? Какое задание вам больше всего понравилось? (Ответы). Какое задание показалось трудным? (Ответы). Предлагаю вам расшифровать слово «Пантомима», называя на каждую букву слово, связанное с театром. Например, П – пародия, партер А – аншлаг, аплодисменты Н – номер. Т – театр, трагедия О – образ, оперетта М – мимика, марионетка И – идея, инсценировка М – миниатюра, маска А – антракт, актер...

**Используемая литература**  
1. Вербицкая А.В. «Основы сценического движения» - М.: ГИТИС, 1983  
2. Гиппиус С.В. «Гимнастика чувств» - М., 1987.  
3. Немеровский А. «Пластическая выразительность актёра» - М., 1982.  
4. Биркенбил В. Язык интонации, мимики, жестов. - С.-П.: Питер, 1997.-176 с.  
5. Н. В. Карпов «Уроки сценического движения». Москва, «ГИТИС», 1999 год.  
6. Мимика лица. Мимика и жесты в общении.  
7. Игры и упражнения по сценическому движению.