

**Развитие коммуникативных навыков  
через театрально-игровую деятельность**

**Сборник**

**занятий для детей старшего дошкольного возраста**

**Автор методического пособия:  
педагог-психолог  
Сазонова Александра Валентиновна**

**город-курорт Анапа**

**2023 г.**

## **Содержание**

<b>Введение.....</b>	<b>3</b>
<b>1. Влияние театрально-игровой деятельности на развитие коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста..</b>	<b>5</b>
<b>2. Содержание и методическое обеспечение развития коммуникативных навыков с помощью театрально-игровой деятельности .....</b>	<b>10</b>
2.1. Занятие 1.....	14
2.2. Занятие 2.....	16
2.3. Занятие 3.....	17
2.4. Занятие 4.....	18
2.5. Занятие 5.....	19
2.6. Занятие 6.....	20
2.7. Занятие 7.....	20
2.8. Занятие 8.....	21
2.9. Занятие 9.....	22
2.10. Занятие 10.....	23
2.11. Занятие 11.....	23
2.12. Занятие 12.....	24
2.13. Занятие 13.....	26
2.14. Занятие 14.....	26
2.15. Занятие 15.....	27
2.16. Занятие 16.....	27
2.17. Занятие 17.....	28
2.18. Занятие 18.....	29
2.19. Занятие 19.....	30
2.20. Занятие 20.....	30
2.21. Занятие 21.....	31
2.22. Занятие 22.....	32
2.23. Занятие 23.....	33
2.24. Занятие 24.....	34
2.25. Занятие 25.....	34
2.26. Занятие 26.....	35
2.27. Занятие 27.....	36
<b>Заключение .....</b>	<b>37</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>39</b>
<b>Приложение.....</b>	<b>48</b>

## Введение

С каждым годом человечество переходит на новый уровень развития, применяются новые технологии, совершенствуются все сферы деятельности, вводятся новые стандарты. В этой информативной гонке, прежде всего, страдают дети, которые вынуждены качественно меняться на психологическом, психофизиологическом и личностном уровне.

На современных детей выливается огромный поток информации, повышаются требования к их интеллектуальному развитию, что является основным требованием современности. Однако такой подход является в корне неверным. Так как, устанавливая такие жесткие рамки и условия в обучении, мы не обогащаем эмоциональную сферу жизни ребенка, не даем полноценно развиваться личности.

Другая, не менее важная проблема современности – отчуждение людей друг от друга. Это обусловлено и быстрыми темпами жизни, ее напряженности, и стремлением современного человека «уйти от реальности» в виртуальный мир интернет-пространства и телевизионных шоу, которые выдают в основном ложные жизненные установки. И как следствие – все меньше детей играют со сверстниками во дворе своего дома, растет детская агрессия и зафиксирован рост негативных эмоциональных состояний у дошкольников. Исчезает «дворовая субкультура», которая всегда способствовала нормальной адаптации детей в социальной среде, способствовала развитию коммуникативных способностей, внутренней свободе и, как следствие, уверенности в себе. Сейчас возникает дефицит общения, причиной которого является эмоциональный дискомфорт, нарушение эмоциональных связей.

Так как самый короткий путь раскрепощения ребенка, развития коммуникативных навыков происходит через игру, то здесь необходимы игровые методики, которые мы используем в театрально-игровом тренинге.

Возрастная категория детей выбрана неслучайно. Именно в 5-7 лет закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нравственные нормы поведения в обществе. Освоение элементов коммуникативной культуры через театрально-игровую деятельность в старшем дошкольном возрасте позволит детям успешнее реализовать свой потенциал на следующих этапах взросления.

Таким образом, дети старшего дошкольного возраста особенно нуждаются в специальных программах, направленных на развитие эмоциональной и коммуникативной сферы.

Сложность работы в этом направлении обусловлена в современном мире тем, что большинство детей подвержены уже в раннем возрасте сильному влиянию телевидения и виртуальных компьютерных игр. При всей их кажущейся яркости, занимательности, изобретательности и остроумии их создателей, следует отчетливо осознавать, что ребенок чаще всего остается пассивным зрителем, созерцателем подобных технологических чудес. Они не затрагивают тех психоэмоциональных центров, которые отвечают за работу

активного, действенного воображения; не помогают развитию коммуникативных навыков и внутренней свободы.

Театрально-игровой тренинг включает в себя: развитие эмоционального интеллекта, развитие вербальных и невербальных способов общения, снятие эмоционального напряжения и тревоги, развитие симпатии и эмпатии, развитие концентрации внимания, развитие воображения, развитие памяти, освобождение от мышечных зажимов, освобождение от психологических зажимов, замкнутости, страхов.

### **Цели:**

- Создание системы работы по развитию коммуникативных навыков и уверенности в себе у детей старшего дошкольного с помощью театрально-игровой деятельности.
- Внедрение театрально-игровых тренингов в практику работы ДОУ.

Для реализации поставленных целей были выдвинуты следующие

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

1. Познакомить детей с театрально-игровыми тренингами.
2. Развить коммуникативные навыки и уверенность в себе у детей старшего дошкольного возраста.

#### **Развивающие:**

1. Создать условия для развития у детей коммуникативных навыков и уверенности в себе с помощью театрально-игровой деятельности и актерского тренинга.
2. Способствовать развитию креативного мышления.
3. Стимулировать развитие творческих способностей.

#### **Воспитательные:**

1. Создавать предпосылки для развития творческой инициативы, свободной личности.

**Возраст детей:** дети старшего дошкольного возраста

#### **Оборудование и материалы:**

-стулья по количеству участников

-музыкальный центр

## **1. Влияние театрально-игровой деятельности на развитие коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста**

В процессе взаимодействия человека с человеком важным оказывается все: что мы говорим, как мы говорим, каким образом воспринимаем информацию партнера по общению. В психологии выделяют три составляющие общения: интерактивное, перцептивное и коммуникативное. Так, перцептивная сторона включает в себя восприятие человека человеком в процессе общения. Коммуникативная составляющая представляет собой процесс передачи информации: обмен мнениями, переживаниями, сведениями, желаниями, - это то, что мы говорим. Интерактивная сторона подразумевает организацию совместной деятельности, взаимодействия в разговоре.

Традиционно все средства общения делят на вербальные, невербальные и паралингвистические. К вербальным средствам относятся слова, которые мы произносим в процессе общения; к невербальным – жесты, мимику, дистанции, позы и др.; к паралингвистическим - тембр, темп голоса, интонацию, паузы и т.д.

Более половины объема межличностного общения приходится на невербальное общение. Большое внимание таким средствам общения уделяли и уделяют деятели искусства: артисты и писатели (Гиппиус С.В., 1967; Станиславский К.С., 1990; Кристи Г. и др.). Главный режиссер Московского театра им. Н.В. Гоголя Б. Голубовский в своей книге «Пластика в искусстве актера» (1986) приводит высказывания выдающихся людей о значении невербальных средств общения. Так, известный советский писатель Алексей Николаевич Толстой говорил: «Пока не вижу жеста - не слышу слова» [19].

Театрально-игровая деятельность, тренинги актерского мастерства способствуют развитию основных средств реализации речевого воздействия:

-мимика

-жесты, пластика, передвижения,

-голос: высота, громкость, диапазон

- дикция
- произношение
- темпо-ритм речи
- мелодика речи;
- интонация.

Именно сфера театра и искусства художественного слова способствует формированию исполнительских речевых умений и навыков.

Благодаря многочисленным упражнениям актерского тренинга есть возможность овладеть способами чувственного внимания, воображения, памяти, управления эмоциями [30]

В последнее время отечественные и зарубежные психологи, педагоги изучают проблемы значимости эмоционального мышления. Эмоциональный интеллект – это способность понимать и распознавать собственные эмоции и эмоции других людей, с тем, чтобы управлять ими в различных жизненных ситуациях и во взаимоотношениях с другими людьми [19]. Как мы уже говорили, особая черта общения младших школьников заключается в чрезвычайно яркой эмоциональной насыщенности, вследствие чего могут возникать конфликтные ситуации. На театрально-игровых тренингах дети учатся контролировать и направлять свои эмоции, что способствует развитию коммуникативных навыков.

Коммуникации у детей старшего дошкольного возраста формируются, в основном в игре. В игре развиваются чувства сотрудничества и соперничества. А такие понятия, как справедливость и несправедливость, предубеждение, равенство, лидерство, подчинение, преданность, предательство, начинают обретать реальный личностный смысл [18].

В игре есть неожиданность, сюжетность и событийность, смена состояний партнеров, а потому она важна для эмоциональной встряски, перехода в новое качество, для отработки качеств социализации ребенка. Игровая стихия захватывает, в первую очередь, общение и речь, которая нагружается новыми знаками, требующими немедленного ответа и реакции;

так взаимодействие становится более ярким, событийным, а значит, и интересным, увлекательным.

Игра – один из способов разбудить творческое начало в ребенке, она может повлиять позитивно на психику ребенка в целом. Это способ развивать внимание, восприятие, наблюдательность, способность быть гибким, находить нестандартные решения, способность к саморазвитию и саморефлексии. Игра делает человека более свободным, приучает видеть ситуацию с разных сторон, учит усваивать правила, нормы и эталоны, видеть, когда они действительно необходимы, а когда превращаются в ненужные оковы и ограничения. Импровизация есть неотъемлемое свойство любой игры, а человек, способный к импровизации, может оказаться способным прожить свою жизнь, способствуя ее подлинной реализации, а также сам помогает другим самореализовываться. Способность к игре – это закономерное свойство и прерогатива каждой «самоактуализирующейся личности» (по А. Маслоу) [30].

А.И.Захаров (1973/79) выделил три основные функции игры – диагностическую, терапевтическую и обучающую.

Диагностическая функция заключается в уточнении особенностей личности ребенка и его взаимоотношений с окружающими.

Терапевтическая функция игры состоит в предоставлении ребенку возможности эмоционального и моторного самовыражения, отреагирования напряжений, страхов и фантазий. Для ребенка важен процесс игры, а не результат. Он разыгрывает прошлые переживания, растворяя их в новом восприятии и новых паттернах поведения. Аналогичным образом он пытается разрешить свои проблемы и внутренние конфликты, проиграть свое затруднение и смущение.

Обучающая функция игры состоит в перестройке отношений детей, расширении диапазона общения и жизненного кругозора, реадaptации и социализации. В процессе игрового взаимодействия дети помогают друг другу взять на себя ответственность за построение межличностных отношений,

приобрести опыт взаимодействий со сверстниками, с другими людьми во взаимно удовлетворяющей манере [13].

Игры в пространстве театра могут быть как директивными, так и недирективными. В данном случае специалиста, который проводит данные занятия можно называть и театральным педагогом, и игротерапевтом.

Директивная (направленная) игротерапия предполагает выполнение игротерапевтом функций интерпретации трансляции ребенку символического значения детской игры, активное участие взрослого в игре ребенка с целью актуализации в символической игровой форме бессознательных подавленных тенденций и их проигрывание в направлена: социально приемлемых стандартов и норм.

В направленной игротерапии взрослый - центральное лицо в игре - берет на себя функции организатора игры, интерпретации ее символического значения. Примером директивной терапии можно считать облегчающую психотерапию Леви (1933). Для такого подхода характерны заранее разработанные планы игры, четкое распределение ролей, выяснение всех конфликтных ситуаций. Ребенку предлагается в готовом виде несколько возможных вариантов решения проблемы. В результате игры происходит осознание ребенком себя и своих конфликтов.

Недирективная (ненаправленная) игротерапия проводит линию на свободную игру как средство самовыражения ребенка, позволяющее одновременно успешно решить три важные коррекционные задачи:

1. Расширение репертуара самовыражения ребенка.
2. Достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции.
3. Коррекция отношений в системе «ребенок - взрослый».

В ненаправленной игротерапии на передний план выходят идеи коррекции личности ребенка путем формирования адекватной системы отношений между ребенком и взрослым, ребенком и сверстником, системы конгруэнтной коммуникации.



Игротерапевт не вмешивается в спонтанную игру детей, не интерпретирует ее, а создает самой игрой атмосферу тепла, безопасности, безусловного принятия мыслей и чувств клиента. Игровая терапия применяется для воздействия на детей с невротическими расстройствами, эмоционально напряженных, подавляющих свои чувства.

Цель игры в недирективном подходе - помочь ребенку осознать самого себя, свои достоинства и недостатки, трудности и успехи. Существуют следующие принципы такой игротерапии:

- непринужденные дружеские отношения с ребенком;
- игротерапевт принимает ребенка таким, какой он есть;
- игротерапевт добивается того, чтобы ребенок говорил о своих чувствах как можно более открыто и раскованно;
- игротерапевт должен в кратчайшее время понять чувства ребенка и попытаться обратить его внимание на себя самого;
- ребенок - хозяин положения;
- нельзя ни торопить, ни замедлять игровой процесс;
- терапевт вводит лишь те ограничения, которые связывают то, что происходит во время игры с реальной жизнью;
- терапевт - зеркало, в котором ребенок видит самого себя.

Таким образом, игровые методики развития актерских способностей способствуют созданию психолого-педагогических условий формирования коммуникативных умений младших школьников:

- развитие рефлексии;
- развитие вербальных и невербальных способов общения;
- снятие эмоционального напряжения, тревоги;
- развитие симпатии.

Проведение театрального тренинга у детей старшего дошкольного возраста способствует также:

- развитию произвольных познавательных процессов. В ходе тренинга, возможно, добиться концентрации внимания, сосредоточенности; дети научатся использовать и давать волю своему воображению, фантазии.
- освобождению от мышечных зажимов, что позволит детям познать своё тело, его возможности и свободно им управлять.
- освобождению от психологических зажимов, зажатости, стеснения, боязни выразить своё творчество в движении.
- формированию сплочённого творческого коллектива, где преобладает радость за успех других, взаимопомощь, понимание, взаимовыручка, поддержка и коллективное творчество.

## **2. Содержание и методическое обеспечение развития коммуникативных навыков с помощью театрально-игровой деятельности**

Театрально-игровая деятельность и тренинг развития актерских способностей включает в себя:

- развитие эмоционального интеллекта;
- развитие вербальных и невербальных способов общения;
- снятие эмоционального напряжения, тревоги;
- развитие симпатии и эмпатии;
- развитие концентрации внимания, сосредоточенности;
- развитие воображения, фантазии.
- развитие памяти
- освобождение от мышечных зажимов, что способствует познанию собственного тела, различных его возможностей и свободного им управления
- освобождение от психологических зажимов, замкнутости, страхов

Существуют определённые принципы работы в актерской мастерской, которые своевременно, шаг за шагом избавляют ребенка от неуверенности.

- принцип обезличивания проблем. Как только ребенок включается в занятие, его внимание приковано к действию внутри тренинга, к новой событийности, что способствует отключению от своих болезненных переживаний. Дети находятся в состоянии «здесь и сейчас».

- принцип переноса. Различные события из своей жизни как со знаком плюс, так и со знаком минус, мечты, желания маленький актер может проиграть и трансформировать в актерских этюдах.

- принцип постепенности. Прежде чем будет выпущен спектакль, юные актеры последовательно с помощью различных техник преодолевают свою застенчивость, барьеры в общении друг с другом, страх выступлений перед аудиторией и т.д.

- принцип импровизации и спонтанности. Постоянная тренировка в импровизации позволяет быть внутренне свободным, быть готовым к неожиданным поворотам событий каждый раз не только в рамках актерского тренинга, но и в жизни.

- принцип демонстрации героя. Каждый ребенок может попробовать себя в различных ролях, продумать характер персонажа, его жизнь до и после действия спектакля, наделять его своими качествами или теми, какими хотел бы обладать маленький актер. Таким образом, характеристики сценического образа могут быть заимствованы ребенком для воплощения в реальности.

Использование игровых методов в тренинге, по мнению многих исследователей, чрезвычайно продуктивно. На первой стадии групповой работы игры полезны как способ преодоления скованности и напряженности участников, как условие безболезненного снятия "психологической защиты".

Благодаря игре, закрепляются новые поведенческие навыки, обретаются казавшиеся недоступными ранее способы оптимального взаимодействия с другими людьми.

Приемы психофизического тренинга служат вспомогательным средством стимулирования активности и снятия усталости участников. Игры

,используемые в актерском тренинге делятся на: разминочные (разогревающие), имеющие целью мотивировать участников на дальнейшую работу через создание соответствующего эмоционального состояния, и разряжающие, используемые для разрядки скопившегося напряжения и снятия усталости.

В данном цикле занятий, который составлен исходя из возрастных особенностей старших дошкольников, используются все эти методы и приемы.

Необходимо, чтобы ведущий тренинга, педагог-психолог имел такие личностные характеристики, которые позволили бы ему создать максимально благоприятные условия развития способностей каждого из участников. Можно обозначить следующие личностные черты, которые являются крайне желательными для руководителя тренинговой группы:

- открытость к отличным от личных взглядам и мнениям, проявление гибкости и терпимости;
- способность к восприимчивости, созданию атмосферы эмоционального и душевного комфорта в группе;
- подлинность, неподдельность поведения, т.е. способность проявлять себя перед участниками группы подлинными, не фиктивными эмоциями и желаниями;
- уравновешенность, сдержанность, самообладание, терпимость к неопределенности, достаточный уровень самоконтроля;
- уверенность в себе, позитивное самоотношение, адекватная самооценка, осознание личных конфликтных областей;
- хорошее воображение, развитая интуиция;
- высокий уровень интеллекта и образованность [5].

Программа занятий в актерской мастерской строится на принципе добровольного вовлечения в игру. Эффективность программы повышается, если она проводится с учетом групповой динамики и индивидуальных особенностей детей. В соответствии с ними и должны подбираться игры для

конкретных занятий. Поэтому предложенное ниже описание занятий и их последовательность являются примерными.

Занятия имеют следующую структуру:

- разминочная часть (сценическая речь, пластика, сценическое движение)
- психофизический тренинг (театрально-игровые методики, коммуникативный тренинг)
- проверка домашнего задания
- завершение занятия, подведение итогов
- домашнее задание
- ритуал прощания.

Размер группы не должен превышать 12 человек, оптимальное количество участников 8-10. При большей численности группы теряется эффект личного участия, некоторые члены группы могут остаться без внимания. При меньшей численности нагрузка на детей возрастает, а диапазон мнений и игр будет меньше, что также снижает эффективность работы. В зависимости от возраста участников, их возможностей и желаний, одно занятие может длиться от 30 до 45 минут. Количество занятий в неделю определяется специалистом самостоятельно.

Место проведения занятий должно быть отдельным помещением, в котором вас не будут беспокоить посторонние. Комната должна быть достаточно просторной, чтобы могли свободно поместиться все участники, в ней должны быть стулья, а также достаточно места для подвижных игр и упражнений. Идеальный вариант – помещение со сценой и зрительным залом. В первом занятии указан максимум упражнений для разминки.

## **Занятие 1.**

**Цель:** знакомство, дать представление о том, что будет являться предметом изучения на занятиях, создать положительное эмоциональное настроение.

*(Дети сидят на стуле в полукруге зале).*

**Педагог:** «Здравствуйте, меня зовут Александра Валентиновна! Вы пришли на актерский тренинг, а что, по вашему мнению должен уметь актер? Каким он должен быть?» (дети отвечают) Все верно! Актер еще должен уметь красиво двигаться, правильно говорить, у него должна быть развита фантазия, память, интеллект. Сегодня мы с вами начнем развивать все эти качества, которые пригодятся вам не только на сцене, но и в жизни! И еще узнаем правила театра. Для начала, давайте познакомимся!» *(Дети встают в полукруг и выполняют задания)*

### **Психофизический тренинг:**

имя с эмоциями (дети произносят свои имена с разными эмоциями),  
имя и движение (дети произносят свои имена и совершают любое движение, задача каждого - повторить имена и движения всех участников)

**Педагог:** «Молодцы! А сейчас начнем разминку. Первым делом разомнем наше тело, сделаем его пластичным и гибким!»

### **Разминка**

*Разминка проходит под специально подобранную музыку - классику в современной обработке. Первая часть разминки под динамичные мелодии, вторая – спокойные. На каждом занятии к основной разминке будут добавляться различные дополнительные упражнения, разминка должна продолжаться в течение 5-10 минут. Упражнения для разминки указаны в Приложении .*

**Педагог:** На этом наша разминка закончена. Каждый из вас по возможности дома постарайтесь повторить упражнения.

### **Психофизический тренинг**

Перед тем, как давать задание рассказать детям об основных «правилах» сцены:

- «быть в образе» – сосредоточится на роли, не выдавать улыбку, т.е. не «раскалываться» (театральный термин)

- не поворачиваться спиной к зрителю

- смотреть в зрительный зал, чуть выше голов

- в зрительном зале должна быть тишина

Познакомить детей с понятием театральный этюд

Театральный этюд – это маленький спектакль, сценка на заданную тему, которую придумываете вы! Через этюды мы будем упражняться в развитии актёрской техники.

*Все участники в зрительном зале. Индивидуальные этюды.*

**Волшебные превращения.** Участники проходят сквозь обруч и превращаются в животных, задача зрителей – угадать животное.

**Что это?** Этюд с предметом без слов. Участники должны отыграть применение предмета, чтобы зрители поняли, какой это предмет.

**Несмеяна.** Ученик выходит на сцену и смотрит в зрительный зал. Задача ученика – сосредоточиться на внутреннем диалоге и не рассмеяться, задача зрителей - рассмешить.

*Здесь можно сесть на пол, в полукруг или круг*

**Включаем фантазию.**

-передается предмет и каждый придумывает, чтобы это могло быть?

-передается предмет, но педагог сам задает значение предмета

-педагог показывает произвольный рисунок из линий и предлагает участникам подумать, на что это похоже?

**Вспомни.** Упражнение выполняется с закрытыми глазами, каждый должен вспомнить, в какой одежде пришел на занятие его сосед.

**Домашнее задание:** придумать монолог на три минуты «Ведущий телепередачи», где в роли ведущего выступает каждый участник, тема «телепередачи» выбирается самостоятельно.

*В итоге занятия все участники вспоминают, чем занимались и что больше всего понравилось. После подведения итогов каждый раз следует проводить*

традиционную «башню» - ладони всех участников располагаются одна на другой, получается «башня». Затем «башня» на три счета раскачивается со словом «Спа-си-бо!», и все руки с громким «ура!» поднимаются вверх. Таким образом завершается каждое занятие.

## **Занятие 2.**

**Цель:** развивать навыки взаимодействия, сотрудничества; создавать положительное эмоциональное настроение.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Дополнительно: узнаем свой центр тяжести.

- на одной ноге ученики пытаются вывести себя из равновесия, а затем его поймать.

- в парах. Ноги на ширине плеч, ладони касаются ладоней партнера. Попытаться вывести напарника из равновесия, с помощью разницы в силе толчка ладоней. Здесь главное для каждого - вовремя расслабить ладони, тогда сдвинуть с места участника будет уже не возможно.

- в парах. Ученики стоят друг к другу боком, левые ступни соприкасаются, руки в положении «ладонь в ладонь» (как в армреслинге). Задача – вывести партнера из равновесия.

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Проверка домашнего задания

Психофизический тренинг:

**Молния.** Все участники должны встать по росту, по цвету волос, по первой букве имени, по размеру ноги, по дню рождения пока педагог считает до десяти

**Ладонь.** Каждый из учеников выходит перед аудиторией, и «управляет» ей своей ладонью, т.е. каждый должен максимально точно повторять все движения ладони, так, как-будто участники привязаны к ней на веревках.

**Встать по пальцам.** Педагог оборачивается к группе спиной, показывает табличку с какой-либо цифрой (от 1 до 10), (можно просто какое-то



количество пальцев), начинает отсчет (до трех или до пяти, затем резко поворачивается к группе. На момент поворота количество стоящих (или сидящих, лежащих и т. д.: как уговоритесь) должно быть равно числу написанному на табличке. Условием упражнения является полная бесшумность исполнения.

### **Этюды:**

«Картинка из сказки». Педагог выходит из аудитории на три минуты, за это время группа должна придумать и создать иллюстрацию к любой сказке, т.е. создать «живую картину».

*Вся группа располагается на полу в круг.*

**Сказка на новый лад:** придумать другой финал сказке «Репка»

«**Буква**». Назвать все предметы в зале на определенную букву.

**Домашнее задание:** придумать этюд со словом «Здравствуйте!»

## **Занятие 3.**

**Цель:** учиться чувствовать свое тело и управлять им; научить отслеживать свои чувства.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение* )

Дополнительно: узнаем свой центр тяжести.

- на одной ноге ученики пытаются вывести себя из равновесия, а затем его поймать.

- в парах. Ноги на ширине плеч, ладони касаются ладоней партнера. Попытаться вывести напарника из равновесия, с помощью разницы в силе толчка ладоней. Здесь главное для каждого - вовремя расслабить ладони, тогда сдвинуть с места участника будет уже не возможно.

- в парах. Ученики стоят друг к другу боком, левые ступни соприкасаются, руки в положении «ладонь в ладонь» (как в армреслинге). Задача – вывести партнера из равновесия.

- остановка на краю пропасти: разбежаться и резко остановиться на одной ноге  
Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение* )

Проверка домашнего задания

Психофизический тренинг:

**Острова:** звучит музыка, дети двигаются в танце по залу, как только музыка завершается, каждый должен встать в обруч и «замереть» в образе любого животного. Далее ведущий тренинга угадывает каждый персонаж.

**О хорошем расскажи.** Ведущий и дети сидят в кругу и по очереди рассказывают по одному хорошему событию, случившемуся с ними за то время, пока дети не виделись.

Этюды

Этюд с предметом: обруч, как он есть

Этюд с предметом: обруч - новое значение.

**Сказочники:** Все участники сидят на полу, вокруг обруча. Все вместе сочиняем сказку. Каждый по предложению.

Домашнее задание: придумать игру с обручем.

#### Занятие 4.

**Цель:** тренировка внимания, повысить уверенность ребенка в себе и в своих силах.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение*)

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение*)

Проверка домашнего задания

Психофизический тренинг:

**Молния.** Все участники должны встать по росту, по цвету волос, по первой букве имени, по размеру ноги, по дню рождения пока педагог считает до десяти.

**Ладонь.** Каждый из учеников выходит перед аудиторией, и «управляет» ей своей ладонью, т.е. каждый должен максимально точно повторять все движения ладони, так, как-будто участники привязаны к ней на веревках

**Встать по пальцам.** Педагог оборачивается к группе спиной, показывает табличку с какой-либо цифрой (от 1 до 10), (можно просто какое-то

количество пальцев), начинает отсчет (до трех или до пяти, затем резко поворачивается к группе. На момент поворота количество стоящих (или сидящих, лежащих и т. д.: как уговоритесь) должно быть равно числу написанному на табличке. Условием упражнения является полная бесшумность исполнения.

**Бег с хлопками:** один хлопок-меняем направление, два хлопка-останавливаемся и отыгрываем позу.

Подготовка к спектаклю

- 1) Текст читает педагог - ученики отыгрывают его без слов
- 2) Первое прочтение текста учениками с разными образами и акцентами

Домашнее задание: учить текст

### **Занятие 5.**

**Цель:** развивать у детей умение понимать друг друга без слов, работать в команде.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение*)

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение*)

Проверка домашнего задания

Психофизический тренинг:

**Пересядьте те, кто.** Участники садятся в круг на стулья, ведущий предлагает обстоятельства - пересядьте те, кто и дальше всевозможные варианты (любит спать, сегодня читал книгу и т.д.). Задача участников пересесть на другой стул, если они отвечают на утверждение положительно.

**Интуиция.** Все участники встают в круг. В центре ученик с завязанными глазами. Полная тишина. К нему подходит один из участников по указанию педагога, и кладет свою руку на плечо, затем уходит в круг. Участник с завязанными глазами должен почувствовать, где находится человек, который подходил к нему и пойти в том направлении, где он находится. Если шаг будет неверный - педагог хлопает в ладоши.

Проверка домашнего задания

Первый прогон первой сценки, работа над ошибками.

Домашнее задание: учить новый текст и повторять предыдущий

### **Занятие 6.**

**Цель:** развивать уверенность в своих возможностях, формировать навык управления мышцами тела.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение* )

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение* )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Биологические часы.** «Закройте глаза и сядьте поудобнее. Услышав хлопок, попытайтесь, пользуясь лишь внутренними ощущениями, определить длительность минуты. Тот, кто решит, что с момента хлопка уже прошло 60 секунд, встает.

В конце упражнения выясняем, кому удалось правильно определить длительность минуты».

**Гладим животное.** Все учащиеся получают задания на листочках. Нужно изобразить, что они гладят животное или берут его на руки. Здесь должны главным образом работать руки, ладони. Предлагается «погладить» различных животных(хомячка, кошку, змею, слона и т.д.)

**Повторялки-танцевалки.** Участники встают в круг лицом друг к другу и начинают двигаться под веселую музыку, повторяя движения за тем, кто стоит в центре круга. *Начиная с этого занятия, в психофизическом тренинге каждый раз повторяются два упражнения с предыдущего занятия и добавляются новые два-три .*

### **Занятие 7.**

**Цель:** развитие навыков собранности, развивать чувство принадлежности к группе.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Десять секунд.** «Сейчас вы начнете быстрое движение по комнате. Будьте внимательны, потому что время от времени вам придется реагировать на мои разнообразные задания и выполнять их в кратчайший срок – в течение десяти секунд».

Развитию навыков собранности, сосредоточенности помогут, например, такие упражнения:

а) встаньте в строй по росту, в алфавитном порядке (по фамилиям, именам), по цвету волос (от самых светлых к самым темным);

б) назовите самый дальний и самый близкий объекты в поле вашего зрения;

в) перечислите в аудитории все предметы определенного цвета и оттенка; предметы, названия которых начинаются с одной буквы алфавита;

г) точно воспроизведите ряд движений, проделанных товарищем;

д) рассмотрите глаза товарищей, расскажите, какой они формы, цвета, каково их выражение, по памяти. Затем проверьте наблюдения, найдите тонкости, не замеченные с первого раза.

**«Подарок на День Рождения».** Без звуков показать то, что можно подарить на День рождения. Каждый участник по очереди показывает, а группа угадывает.

**Эстафета.** Сочиняется вслух рассказ или стих. Метод - кольцовка. Услышав первую фразу, слушатель подхватывает ее и передает эстафету другому. Так сочиняются исключительно занимательные истории, но их подлинным героем является многократно увеличивающийся объем внимания.

## **Занятие 8.**

**Цель:** развивать моторную ловкость, воображение и совершенствовать навыки связной речи.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**«Да» и «нет» не говорить.** «Водящий» (сначала преподаватель) задает вопросы, ответы на которые не должны включать слов «да», «нет», «черный», «белый»; затем эти вопросы продолжает тот, кто употребил одно из этих слов.

**Зеркало.** Учащиеся разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением». На первых порах проработки задания ведущий налагает некоторые ограничения на действия «оригинала»: 1) не делать сложных движений, т.е. не производить одновременно несколько движений, 2) не делать мимических движений; 3) выполнять движения в очень медленном темпе.

**Что это?** На листе бумаги изображены три полосы (также можно нарисовать полукруг и полосу, треугольник и квадрат и т.д.). Дети должны придумать, что изображено на картинке.

## Занятие 9.

**Цель:** формировать навыки креативности

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Импровизация со словами.** Произнести предложение, в котором используется слово: глупец; сахар; папка; камера; запись; деньги; раковина; путешествие; жидкость; ключ; сетка; программа; тигр; реальность.

**Инсценировка пословиц.** Группам (по 3 - 5 человек) заранее дается задание инсценировать пословицу. Возможные пословицы: «Учи дитя, пока поперек лавки лежит, трудно будет, когда побежит», «Семь раз отмерь, один отрежь»,

«У семи нянек дитя без глазу», «Много знай, да мало бай! Много баить не подобает», «Каков строитель, такова и обитель» и др.

### **Занятие 10.**

**Цель:** развивать моторную ловкость, тренировать изменение характера движений, развивать фантазию.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Марионетки.** Учащимся предлагается представить себе, что они - куклы-марионетки, которые после выступления висят на гвоздиках в шкафу. «Представьте себе, что вас подвесил за руку, за палец, за шею, за ухо, за плечо и т.д. Ваше тело фиксировано в одной точке, все остальное - расслаблено, болтается». Упражнение выполняется в произвольном темпе, можно с закрытыми глазами. Ведущий следит за степенью расслабленности тела у учащихся.

**Метафоры (по С.В. Гиппиус).** Преподаватель произносит слово, например: «Гаснут...» Все учащиеся описывают, что они увидели на своем внутреннем экране (звезды, окна, силы, глаза...). Это упражнение совершенствует ассоциативное мышление и фантазию.

### **Занятие 11.**

**Цель:** развивать навыки невербального выражения эмоций, развивать сенсорные ощущения у детей.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Чувства.** Учащиеся должны изобразить, то, что им предлагает преподаватель: радостную улыбку (приятная встреча); утешительную улыбку (все будет

хорошо); счастливую улыбку (наконец-то, какой успех); удивленную улыбку (не может быть); огорченную улыбку (как же так, ну вот опять).

- Выразить одними глазами и бровями: огорчение, радость, осуждение, восхищение, строгую сосредоточенность, недовольство, удивление.

- Только жеста и мимикой выразить следующие задачи: прогнать, пригласить, оттолкнуть, привлечь, указать, остановить, предупредить.

- Выразить одним жестом: отвращение, ужас, благодарность.

**Напряжение - расслабление.** Учащимся предлагается встать прямо и сосредоточить внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Через несколько секунд напряжение сбросить, руку расслабить. Прodelать аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясницей, шеей.

**Насос и надувная кукла.** Учащиеся разбиваются на пары. Один - надувная кукла, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслаблено на полу. Другой – «накачивает» куклу воздухом с помощью насоса: ритмично наклоняясь вперед, произносит звук «с» на выдохе. Кукла постепенно наполняется воздухом, ее части распрямляются, выравниваются. Наконец кукла надута. Дальнейшее накачивание ее воздухом опасно - кукла напрягается, деревенеет, может лопнуть. Накачивание необходимо вовремя закончить. Это время окончания надувания учащийся с «насосом» определяет по состоянию напряжения тела куклы. После этого куклу «сдувают», вынимая из нее насос. Воздух постепенно выходит из куклы, она «опадает». Это прекрасное упражнение на расслабление-напряжение, а также на парное взаимодействие.

## Занятие 12.

**Цель:** развитие воображения и фантазии, снятие мышечного напряжения.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение)

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение)

Работа над спектаклем



Психофизический тренинг:

**Не очень реальный предмет.** Нужно постараться представить предметы, которых нет перед вами и которые носят странные названия: абракадабра, чашка с ручкой внутрь, веник из слоновой кости, дырдоска (окказионализм А. Неверова), ясь (В. Маяковский), головотяпарь, умоотвод (А. Герцен).

**Огонь - лед.** Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Учащиеся выполняют упражнение стоя в кругу. По команде ведущего «Огонь» учащиеся начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений выбираются каждым учащимся произвольно. По команде «Лед» учащиеся застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело. Ведущий несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

### Занятие 13.

**Цель:** тренировать навыки импровизации, умение взаимодействовать с партнером.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение*)

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение*)

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Оправдание позы.** Учащиеся ходят по кругу. По хлопку ведущего каждый должен бросить свое тело в неожиданную для себя позу. Для каждой позы должно быть подобрано объяснение. «Представьте себе, что вы совершали какое-то осмысленное действие... По команде «Отомри» продолжайте это действие. Мы должны понять, что вы делаете. Постарайтесь не придумывать банальных оправданий, которыми можно объяснить любую позу. Ищите действия, соответствующие именно тому положению вашего тела, в котором вы замерли, только ему и никакому другому».

**Составим картинку вместе.** Каждой паре участников выдаются пазлы и образец картинки, которую они должны собрать вместе.

#### **Занятие 14.**

**Цель:** научиться воспроизводить свои ощущения, тренировать внимание, речь.

Основная разминка сценическое движение и пластика *(см. Приложение)*

Основная разминка: сценическая речь *(см. Приложение)*

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Круговерть.** «Встаньте, пожалуйста, в широкий круг! Я буду ведущим. Я хлопаю в ладоши и указываю на человека, стоящего в кругу, называя одновременно его имя. Он, не тратя ни секунды, хлопает в ладоши, указывает на меня или любого другого игрока в кругу и произносит его имя. Смысл заключается в том, чтобы (при очень высоком темпе игры) не забыть порядок действий: хлопок – указание на игрока – название его имени. Важно не забыть и не перепутать имена игроков. Любая потеря темпа, замороженное «включение» в игру, ошибка в имени приводят к поражению. Упражнение продолжается до последнего участника»;

**Отгадай, где я.** Упражнение заключается в том, что один участник пытается своим психофизическим состоянием передать окружающим, где он находится (хоккейный матч, зоопарк, смотрит захватывающий фильм и т.д.), но при этом нельзя воспроизводить никаких звуков.

**Игрушки знакомятся.** На столе стоят резиновые игрушки. Участники должны выбрать себе по одной игрушке и придумать рассказ о них (где живет персонаж, как его зовут, кто его друзья и т.д.)

## Занятие 15.

**Цель:** тренировать детей в определении характера физических движений, правильно изображать их, налаживать эмоционально теплые отношения в группе.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение 4)

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение 4)

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Ощущения.** Посидеть на стуле так, как сидит царь на троне; пчела на цветке; побитая собака; наказанный ребенок; бабочка, которая сейчас взлетит; наездник на лошади; космонавт в скафандре.

- Пройтись, как ходит младенец, который только что начал ходить; старый человек; гордец; артист балета.

- Улыбнуться, как улыбается очень вежливый японец, Жан Поль Бельмондо, собака своему хозяину, кот на солнышке, мать младенцу, ребенок матери.

- Нахмуриться, как хмурится ребенок, у которого отняли игрушку; как человек, желающий скрыть смех.

**Перевоплощение** в амёб, в насекомых, в рыб, в животных, ...

*(Превращаются все участники одновременно)*

**«Мне нравится в тебе».** Дети сидят на ковре в круге вместе с ведущим. Он катает мяч любому из детей и говорит «Мне нравится, когда ты улыбаешься». Ребенок, получивший мяч, катает его тому, кому хочет, и также хвалит его за любое реальное проявление.

## Занятие 16.

**Цель:** развивать координацию движений, фантазию воображение, отработать навыки работы в паре.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Передача позы.** Участники становятся в шеренгу. Первый придумывает какую-либо сложную позу (остальные не видят какую) и по сигналу ведущего «передает» ее второму (тот за 10-15 секунд должен максимально точно запомнить ее). По следующему сигналу ведущего, первый «снимает», а второй «принимает» эту позу, Далее происходит передача позы от второго к третьему участнику и т. д.

**Перекат напряжения.** Напрячь до предела правую руку. Постепенно расслабляя ее, полностью перевести напряжение на левую руку. Затем, постепенно расслабляя ее, полностью перевести напряжение на левую ногу, правую ногу, поясницу и т.д.

**Рисуем в паре.** Дети объединяются в пары. Каждой паре выдается лист бумаги и два фломастера разного цвета. Ведущий ставит перед ними задачу: договориться и нарисовать на листе бумаги рисунок. Затем каждая пара рассказывает о своем рисунке.

## Занятие 17.

**Цель:** развивать способность к переключению внимания, координацию движений, отработать навыки работы в паре.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Переключение внимания**

Упражнение на переключение внимания протекает в такой последовательности:

1. Зрительное внимание: объект далеко (например, дверь).
2. Слуховое внимание: объект близко (комната).

3. Зрительное внимание: новый объект, находящийся далеко (улица в окне).
4. Осязательное внимание (объект — ткань собственного костюма).
5. Слуховое внимание: объект далеко (звуки улицы).

**Стулья.** Ведущий или педагог дает команду построить из стульев какую-либо фигуру или букву. Задача учащихся максимально быстро и бесшумно (переговоры запрещаются) построить требуемую фигуру (круг лицом наружу, букву «р» развернутую к окну и т. п.). Дополнительное усложнение задания - требование одновременность (одновременно встать со стула, одновременно поднять и т. д.).

**Компьютер и художник.** Дети объединяются в пары. Каждой паре выдается несколько листов бумаги и фломастеры. Распределяются роли: один партнер – художник, другой - компьютер. Художник командует компьютером, дает указания, а компьютер выполняет. Затем меняются ролями.

## **Занятие 18.**

**Цель:** отрабатывать навыки работы в группе, навыки импровизации, способствовать улучшению эмоционального фона настроения.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение* )

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение* )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Повторяй за мной.** Ведущий отбивает в ладоши ритмические фразы, и все участники повторяют за ним. На примерах разбирается отличие ритма постоянного от переменного, добивается слаженности в действиях группы. Каждый хлопок должен звучать, как один удар, а не размазываться на хлопки ладоней отдельных участников.

**Иностранцы.** Задание участникам – придумать свой «тарабарский» язык и проговорить на нем 30 секунд.

## Занятие 19.

**Цель:** научиться работать с воображаемыми предметами, развивать моторную ловкость, умение чувствовать собственное тело.

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Поза.** Ведущий предлагает учащимся выбрать фразу и произнести ее. Ведущий изменяет положение тела учащегося, его позу, прося произносить эту фразу в каждой из поз. Интонации должны быть подсказаны позой или движением и находиться в гармонии с ними.

**Попугай в клетке.** Итак, нужно сделать следующее:

- Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай)
- Ощупать ее руками
- Взять и переставить на другое место
- Подразнить попугая
- Найти дверцу и открыть ее
- Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу
- Погладить попугая (после этого он вас должен укусить)
- Одернуть руку
- Закрывать побыстрее клетку
- Помахать угрожающе пальцем
- Переставить клетку в другое место

## Занятие 20.

**Цель:** развивать навыки импровизации, навыки работы телом как инструментом актера

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. Приложение )

Основная разминка: сценическая речь (см. Приложение )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Последствия.** Учащимся предлагается ответить на ряд парадоксальных вопросов.

Например:

- Что произойдет, если человек при желании сможет становиться невидимым?
- Если можно будет читать чужие мысли?
- Если люди смогут жить под водой?
- Если земляне узнают о действительном существовании инопланетян?
- Если высохнут все реки, озера, моря?

**Тень.** Учащиеся разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой - его Тенью. Человек делает любые движения. Тень - повторяет. Причем особое внимание уделяется тому, чтобы Тень действовала в том же ритме, что и Человек. Она должна догадаться о самочувствии, мыслях и целях Человека, уловить все оттенки его настроения.

## Занятие 21.

**Цель:** развитие воображения, связной речи, импровизации, создание положительного эмоционального фона в группе

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение*)

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение*)

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Правда – неправда.** Преподаватель неожиданно задает вопросы, на которые учащиеся должны без раздумывания дать немедленные ответы или как-то отреагировать.

- Как здоровье Андрея Петровича? А вы откуда знаете?
- Когда вы вернете мне книгу?
- Вы отдаете себе отчет в том, чем это может кончиться?
- Вы что, плохо себя чувствуете?

- Может ли мне нравиться то, что вы говорите и делаете на уроках?
- Как вам сегодняшняя погода?
- Куда вы дели ваше обручальное кольцо?
- Что случилось с вашей собакой?
- Где ваша замечательная улыбка?

**Предмет по кругу.** Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает учащимся предмет (палку, линейку, банку, книгу, мяч, любой попавшийся в поле зрения предмет) учащиеся должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание.

## **Занятие 22.**

**Цель:** развитие зрительного восприятия, внимания, речи, нового восприятия мира только через тактильные ощущения.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение*)

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение*)

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Приглядывание.** Группа - в полукруге. Ведущий предлагает учащимся внимательно присмотреться к любому человеку, сидящему в полукруге, однако так, чтобы никто не заметил, кто к кому приглядывается. Потом учащиеся по очереди описывают партнеров так, чтобы остальные поняли, кого описывают. Запрещается описывать яркие цветные пятна одежды, упоминать о наличии усов, очков, бороды и пр. Вариант: описать особенности движений выбранного другого.

**Цепочка.** «Закрываем глаза и начинаем двигаться по комнате в среднем темпе. Выставьте, пожалуйста, руки на уровне пояса ладонями вперед. Так вы сможете определить, свободно ли пространство перед вами. Встретили кого-то? Прекрасно! Не открывая глаз, подайте друг другу руки, пожмите их и продолжайте движение в паре, взявшись за руки. Новая встреча?



Присоединяем к себе еще одного невидимого партнера (глаза ведь по-прежнему закрыты, не забыли?) и продолжаем ходьбу. Упражнение заканчивается по хлопку педагога тогда, когда все пары и группы соединились в одну цепь.

### **Занятие 23.**

**Цель:** развитие речи, воображения, образного мышления.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение* )

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение* )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Психологический портрет по фамилии.** Называется фамилия человека, на основании которой необходимо дать его словесный портрет. Учащийся описывает черты характера, привычки, возраст, профессию, образование, увлечения, фрагменты биографии данного человека (словом все, что возникает в его воображении на данный стимул). Для задания отбираются фамилии, многозначные по смыслу, необычные, интересные по звучанию, например: Шило, Чучкин, Размазняева, Громыхайло, Вертопрахов, Сундучкова, Прилипин, Трихлеб, Торженсмех, Топорищев, Семибабин, Зябликов, Тюлькин, Свистодырочкин, Борщ, Сусальный, Муха, Недавайло, Страдалина, Губа и т. д.

**Путешествие картины.** Учащемуся показывается репродукция известного полотна и предлагается рассказать о том, что там изображено. После одной-двух фраз он передает репродукцию другому, который тоже добавит свою фразу. Таким образом, организуется целостный этюд или рассказ со своим сюжетом.

## Занятие 24.

**Цель:** развитие невербальных способов общения, навыков взаимосвязи и взаимодействия с партнером.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение* )

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение* )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Разговор через стекло.** Учащиеся разбиваются на пары. Ведущий: «Представьте себе, что вас и вашего партнера разделяет окно с толстым, звуконепропускаемым стеклом, а вам надо передать ему какую-то информацию. Говорить запрещено - ваш партнер вас все равно не услышит. Не договариваясь с партнером о содержании разговора, попробуйте передать через стекло все, что нужно, и получить ответ. Встаньте друг против друга. Начинайте». Все остальные учащиеся внимательно наблюдают, не комментируя происходящее. После окончания этюда все обсуждают увиденное.

**Согласованные действия.** Навыки взаимосвязи и взаимодействия хорошо тренируются упражнениями на парные физические действия. Учащимся предлагается выполнить этюды:

- пилка дров;
- гребля;
- перемотка ниток;
- перетягивание каната и т.д.

## Занятие 25.

**Цель:** развивать координацию, творческое мышление, импровизацию, внутреннюю свободу.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение* )

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение* )

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Растем.** Учащиеся в кругу. Исходное положение - сидя на корточках, голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Ведущий: «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно распрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста».

**Слово - глагол.** Упражнение для двоих учащихся, которые становятся друг против друга на некотором расстоянии. Первый учащийся, кидая мяч второму, называет любое пришедшее ему на ум слово (имя существительное). Второй ловит мяч и сразу же бросает его обратно, подбирая подходящий по смыслу глагол. Первый ловит и бросает новое существительное и т.д.

### **Занятие 26.**

**Цель:** развитие творческого мышления, внимания, координации движений, создание положительного эмоционального настроения в группе.

Основная разминка сценическое движение и пластика (*см. Приложение*)

Основная разминка: сценическая речь (*см. Приложение*)

Работа над спектаклем

Психофизический тренинг:

**Синтез.** Это упражнение на погружение в состояние творчества. Оно заключается в смешивании различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения.

- Чем пахнет слово «лампа»?
- Каково на ощупь число 7?
- Какой вкус у сиреневого цвета?
- Какая форма у четверга (как она выглядит)?
- Какую музыку вы слышите, когда представляете лицо пожилого человека, смеющегося ребенка?

**Рулетка.** Участники разбиваются на две группы, по одному представителю садится за стол, друг напротив друга и кладут руки на стол. Между ними кладется монета. По хлопку ведущего они должны накрыть монету рукой - кто

быстрее. На все другие сигналы ведущего (топанье, звуки) они не должны реагировать - шевелиться (пошевеливший рукой не вовремя - проиграл). Место проигравшего занимает другой представитель группы.

**Пожелания друзьям.** Участники кидают друг другу мяч и по очереди говорят свои пожелания.

**Домашнее задание:** приготовить сувенир-подарок друг другу на память для финальной встречи.

### **Занятие 27.**

**Цель:** завершение занятий показом спектакля, в котором дети демонстрируют свое актерское мастерство, формирование позитивных «психологических якорей».

Основная разминка сценическое движение и пластика (см. первое занятие)

Основная разминка: сценическая речь (см. первое занятие)

#### **Показ спектакля**

**Подарок, похожий на меня.** Ведущий занятия кладет сувениры –подарки в мешок. Количество подарков должно быть больше количества участников. Каждый участник по очереди выбирает на ощупь подарок. Когда сюрпризы выберут все, необходимо будет найти что-то общее между собой и выбранным сюрпризом. Остальные члены команды дают обратную связь каждому участнику, подтверждая качества, названные в самопрезентации, оспаривая их или добавляя новые.

#### **Чаепитие**

## Заключение

Современные дети имеют возможность прятаться под именами и «аватарками», за образами героев виртуальной реальности, таким образом, организовывая себе побег из реальной жизни. Отличный способ аккуратно «вернуть» их в жизнь без пикселей – актерская мастерская и театральнo-игровой тренинг. Как только ребенок попадает в живой творческий коллектив, где царит радость за успех каждого, взаимопомощь, принятие его таким, какой он есть, поддержка в его творческом самовыражении, абсолютно дружественная атмосфера - происходит трансформация его внутреннего состояния.

Занятия в актерской мастерской – это путешествие, путешествие во внутренний мир каждого участника, возможность раскрыть свой творческий потенциал и избавиться от ненужного балласта негативных эмоций, которые трансформируются в позитивные.

В течение года в старшей группе детского сада «Ягодка» проводились занятия для замкнутых и тревожных детей с использованием театральнo-игровых методик.

Можно с уверенностью сказать, что участие в актерских тренингах помогло старшим дошкольникам избавиться от своих комплексов и «зажимов», раскрыть творческий потенциал, стать более уверенными и раскованными, повысить уровень коммуникативных навыков. О чем свидетельствуют результаты диагностических мероприятий:

№ п/п	Имя ребенка	Уровень коммуникативных навыков		Уровень общительности		Социометрия «Тайная почта»	
		до	После	до	после	Полученные сердечки	Отправленные сердечки
1.	Валерия Т.	3	5	1	3	6	5
2.	Дмитрий К.	1	3	1	3	5	6
3.	Юрий Б.	1	3	1	3	4	5
4.	Вика Я.	3	5	3	4	5	4
5.	Юлия Я.	3	5	3	4	4	4

В исследовании были использованы методики: тест «Оценка уровня общительности» (модифицированная методика В.Ф. Ряховского), модифицированный тест-опросник для оценки коммуникативных умений старших дошкольников (методика М.Ступницой), социометрия «Тайная почта».

Данный тренинг может быть использован в работе детьми:

- застенчивыми и тревожными
- испытывающими страх

- с различными неврозами (заикание, энурез и т.д.)

- гиперактивными

Занятия могут проводиться для каждой группы детей по их психологическим особенностям как отдельно (группа тревожных, группа со страхами и т.д.), так и вместе. При объединении группы дети балансируют состояние друг друга – гиперактивные выплескивают свою энергию, сбрасывают напряжение, в свою очередь тревожные, застенчивые дети и дети со страхами «заряжаются» этой энергией и постепенно становятся более раскрепощенными.

### Разминка основная: пластика и сценическое движение

- 1) Растираем руками мышцы ног.
- 2) Исходная позиция: стопы на ширине плеч, параллельны. Перекаты с пяток на носочки и обратно. Перекатившись на носочки, найти устойчивую позицию. Прокатившись на пятки, также удержать устойчивое положение.
- 3) Движение в сторону: носки вместе, пятки вместе, носки вместе, пятки вместе и т.д.
- 4) Исходная позиция: стопы на ширине плеч, параллельны. Поднимать и отпускать пятки, соблюдая ритм.
- 5) Из предыдущей позиции выходим на невысокие прыжки, затем прыжки с поворотами корпуса, затем прыжки с поворотами корпуса поочередно на одной ноге.
- 6) Исходная позиция: выпад на правую ногу. Прыжок вверх. Поменять в воздухе ноги и приземлиться в выпад на левую ногу. Повторить упражнение с левой ноги.
- 7) Начать вращательное движение суставом правого плеча вперёд. Одновременно с этим сустав левого плеча начинает вращательное движение назад. Поменять направления движения. Затем то же самое, но вращаются руки.
- 8) Руки в стороны, напряжены как канаты. Вращение кистями, затем ладони вверх и вниз, левая вверх, правая вниз.
- 9) «Орех». Поднять плечи, отвести назад, отпустить и «зажать между лопатками большой орех», держать «орех»
- 10) Потянуться правым ухом вправо, затем левым ухом влево. Проконтролировать, чтобы взгляд был направлен вперёд, голова не поворачивается.
- 11) «Ласточка». Оторвать правую ногу от пола. Обе руки вытянуты перед собой вперёд, параллельно полу. Поднять прямую правую ногу в

противоположную рукам сторону. Необходимо добиться, чтобы руки и нога составляли единую прямую линию параллельную полу. Вернуться в исходную позицию. Поменять ногу и повторить упражнение.

12) Исходная позиция: ноги на расстоянии две ширины плеч, стопы параллельны, руки опущены перед собой, ладони прижаты к полу. Правое бедро тянется вверх, отрывая пятку от пола. Возвращение в исходную позицию. Левое бедро тянется вверх, также отрывая пятку от пола.

13) Исходная позиция: гимнастический выпад на правую ногу. Наклонить тело вниз так, чтобы правое плечо опустилось ниже правого колена. Сделать в этом положении несколько пружинистых движений. Выполнить это упражнение с выпадом на левую ногу.

14) Исходная позиция: сидя на полу, ноги согнуты в коленях, стопы не касаются пола. Руки разведены в стороны. Начать вращательное круговое движение стопами ног наружу, при этом кисти рук вращаются во внутрь. Поменять направление вращения и повторить упражнение.

15) Исходная позиция: сидя на полу с согнутыми ногами и прижатыми к груди коленями.

Пружинистыми движениями выпрямляем ноги. Грудная клетка остаётся плотно прижатой к коленям.

16) Исходная позиция: сидя на полу, ноги выпрямлены. Потянуться к прямым ногам и взяться за пальцы ног. Поочерёдно поднять сначала одну, потом другую ногу. Ноги, при этом, не сгибаются в коленях.

17) «Ежи». Исходная позиция: сидя на полу с согнутыми ногами и прижатыми к груди коленями. Округлить спину и прокататься от копчика до шейного отдела и обратно

18) Исходная позиция: лёжа на спине. Подняв ноги вверх, выйти в стойку на лопатках – «берёзка». Проконтролировать положение корпуса тела и ног.



19) Исходная позиция: лёжа на спине, руки разведены в стороны. Подняв ноги вверх и опустив их за головой, носками стоп коснуться пола. Потянуть пятки к полу, при этом носки ног тянуться к голове.

20) «**Золотая рыбка**». Исходная позиция: на полу лежа на спине лицом вверх, руки закинута за голову и вытянуты, ноги также вытянуты, ступни расположены под прямым углом к туловищу (перпендикулярно телу), пальцы ног постоянно тянутся на себя. Бедра и пятки с силой прижимаются к полу. Согните руки в локтях, положите ладони под шейные позвонки, ноги вместе, пальцы обеих ног при этом нужно тянуть на себя, затылок, плечи, таз, икры, пятки прижаты к полу. Начинайте быстрые колебания (вибрации) телом справа налево, так, как это делает маленькая рыбка. При выполнении упражнения позвоночник должен быть прижат к полу. Тело вибрирует влево-вправо, но не вверх-вниз! Приподнять можно лишь ступни ног и затылок. Выполняется 1-2 минуты.

**Разминка основная сценическая речь.** (*Можно выбрать 3-4 упражнения на каждое занятие, затем чередовать, добавляя новые*)

**Разогревающий массаж.** Массирование (1 – 1,5 минуты) Разогревающий массаж начинаем с массирования лба от переносицы к вискам. Перед началом потрите ладони друг о друга, чтобы они стали теплыми, а затем с лёгким усилием проведите подушечками пальцев от переносицы к вискам. Делайте это достаточно быстро и энергично. Показатель того, что вы делаете правильно, - лбу стало тепло. После этого переходите к массированию нижнечелюстных мышц от носа к уху. Время и методика массирования те же. Не давайте остывать лбу, время от времени возвращаясь к началу. Совершенно аналогично проводится массирование верхнечелюстных мышц от носа к уху и массирование носовых пазух от начала бровей до верхней губы.

*Артикуляционная гимнастика*

Прежде чем выполнять артикуляционные упражнения, не забываем, что губы должны двигаться не горизонтально, т.е. в растянутом положении (в

этом случае возникают губные и челюстные зажимы), а вертикально, вместе с движением челюсти. Гимнастику удобнее делать, глядя в зеркало.

**«Назойливый комар».** (подготовительное упражнение – разогревает мышцы лица). Представим, что у нас не рук, ног, а есть только лицо, на которое постоянно садится неугомонный комар. Мы можем отогнать его только движением мышц лица. Внимание на дыхании не акцентируется. Главное – гримасничать как можно более активно.

**«Хомячок».** Пожевать воображаемую жвачку так, чтобы двигалось все лицо. Начиная со второго раза добавить хвостовство. Участники разбиваются по парам и хвастаются лицом друг перед другом, у кого вкуснее жвачка.

**«Рожицы».** Поднять правую бровь. Опустить. Поднять левую бровь. Опустить. Поднять и опустить обе брови. Не раскрывая губ, подвигать нижней челюстью вверх, вниз, вправо, влево. Пораздувать ноздри. Пошевелить ушами. Только лицом сделать этюд «Я тигр, который поджидает добычу», «Я мартышка, которая слушает». Вытянуть лицо. Расплыться в улыбке. Не разжимая зубов, поднять верхнюю губу и опустить ее. Прodelать то же самое с нижней губой. Скорчить рожицу «кто смешнее», «кто страшнее».

*Упражнения для губ*

**«Улыбка – пяточок».** Максимально вытягиваем губы вперед, сложив их хоботком, затем как можно больше растягиваем в улыбку. Всего 8 пар движений.

**«Часы».** Губами, вытянутыми вперед хоботком, описываем круг по часовой стрелке и обратно. Можно предложить ребятам взять вытянутыми вперед губами карандаш и написать им в воздухе своё имя.

**«Веселый пяточок»:**

а/на счет раз сомкнутые губы вытягиваются вперед, как пяточок у поросенка; на счет «два» губы растягиваются в улыбку, не обнажая зубов;

б/ сомкнутые вытянутые губы(пяточок) двигаются сначала вверх и вниз, затем вправо и влево;

в/ пяточок делает круговые движения сначала в одну сторону, потом в другую.

Заканчивая упражнения, детям предлагается полностью освободить мышцы губ, фыркнув, как лошадка.

### **«Шторки»**

Сначала поднимаем вверх только верхнюю губу, затем опускаем вниз только нижнюю, а потом совмещаем эти движения со звуками:

1. «в» - верхняя губа поднимается вверх;
2. «м» - возвращается на место;
3. «з» - нижняя губа опускается вниз.

Затем попеременно натягиваем верхнюю губу на верхние зубы, нижнюю – на нижние.

Для того чтобы губы двигались вертикально, можно приставить указательные пальцы к щекам, как бы ограничивая пальцами возможность растягивания губ.

### *Упражнения для языка*

Упражнения выполняются 5-6 раз

**«Уколы».** Делаем «уколы» напряженным языком попеременно в правую и левую щеки. Губы при этом сомкнуты, а челюсти разомкнуты.

**«Змея».** Высовываем язык вперед и, как змея, делаем быстрые уколы.

**«Самый длинный язычок».** Высунуть язык как можно дальше и попытаться достать им до носа, а затем до подбородка.

**«Чаша».** Широко открыв рот, выдвигаем вперед язык, приподнимая его кончик таким образом, чтобы язык приобрел форму чаши, и в таком виде убираем его в рот.

**«Коктейль».** Представляем, что наш язык – это трубка, через которую мы пьем вкусный коктейль. Упражнение выполняется на вдохе.

**«Львенок и варенье».** Представляем себя львёнком, который весь, от кончиков усов до кончика хвоста, перепачкан вареньем, и нам нужно слизать это варенье огромным длинным языком. Мы «облизываемся», начиная с подушечек пальцев рук и заканчивая пальцами стоп.

**«Жало змеи».** Рот открыт, язык выдвинут как можно дальше вперед, медленно двигается вправо-влево.

**«Конфетка».** Губы сомкнуты, языком за ними помещаем «конфетку» вправо-влево, вверх-вниз, по кругу.

**«Колокольчик».** Рот приоткрыт, губы округлены, язык бьется о края губ, как язычок звонкого колокольчика.

**«Язык на ребро».** Поставить язык на ребро между челюстями, раскрыв рот. Затем перевернуть язык на другое ребро. Добиваться быстроты выполнения упражнения.

*Упражнения для шеи и челюсти*

**«Зевающая пантера»:** нажать двумя руками на обе щеки в средней части и произносить «вау, вау, вау...», подражая голосу пантеры, резко опуская нижнюю челюсть широко открывая рот, затем зевнуть и потянуться.

**«Горячая картошка»:** положить в рот воображаемую горячую картофелину и сделать закрытый зевок (губы сомкнуты, мягкое небо поднято, гортань опущена).

**«Большое яблоко»:** представить, что откусываем куски от большого яблока и жуем. Рот открывать как можно шире.

*Упражнения со звуками*

**«Шмели и комары».** Необходимо жужжать, произнося звук «ж» как можно ниже, до ощущения вибрации в грудной клетке, затем звук «з » произносится высоко, как комариный писк.

**«Этажи».** Одновременно наклоняясь и дотрагиваясь до пола ладонь считать «этажи» с первого до пятого, каждый раз повышая звук.

**«Комки».** Наклониться, взять «снег» , сделать «комочек» и кинуть его как можно дальше направляя звук. Считать до десяти комочков. Соблюдая темп.

**«Мама, дай молока».** Произносить фразу, каждый раз делая акцент на одно слово.

**«Мотоцикл».** Представить, что мы за рулем мотоцикла и на звуке «р», разгонять его постепенно от низкого к высокому звуку.

**«Мяч».** Представить большой мяч, который мы отбиваем от пола со звуком «бом», затем на максимальной громкости бросаем «мяч».

**«Треугольник».** С предельно точной артикуляцией и даже нарочито педалируя каждое положение губ произносятся гласные в следующем порядке: «а-о-у-э-ы-и». Со второго раза добиваться того, чтобы звук летел как можно дальше.

**«Я».** Участники становятся полукругом, и каждый, выходя к залу, прикладывает руку к груди, а затем, выбрасывает её вперёд с разворотом ладони кверху, произносит «я». Задача – послать звук вместе с рукой как можно дальше. Думаю, что не будет большой разницы, если вместо «я» будут произноситься буквы из треугольника.

**«Эхо».** Ученики разбиваются на две команды, становятся в разные концы комнаты. Первая кричит «ау-у-у», вторая отзывается им эхом «ау-у-у», первая повторяет эхом эхо «ау-у-у» и так до затихания звука.

**«Звуки».**

БАП-БОП-БУП-БЭП-БЫП-БИП

ТАТ-ТОТ-ТУТ-ТЭТ-ТЫТ-ТИТ

МАМ-МОМ-МУМ-МЭМ-МЫМ-МИМ

ПТКА-ПТКО-ПТКУ-ПТКЭ-ПТКЫ-ПТКИ

ПТКАПТ-ПТКОПТ-ПТКУПТ-ПТКЭПТ-ПТКЫПТ-ПТКИПТ

ПДГА-ПДГО-ПДГУ-ДПГЭ-ПДГЫ-ПДГИ

БДГАБДТ-БДГОБДТ-БДГУБДТ-БДГЭБДТ-БДГЫБДТ-БДГИБДТ

**«Чистоговорки»**

В сценической речи используются ЧИСТОГОВОРКИ. Это те же тексты, что и скороговорки, но внимание их обращается не на скорость произношения, а на чистоту проговаривания. Сначала я говорю чистоговорку, а вы повторяете хором за мной. (Если слышны ошибки, то произносит каждый отдельно)

1. Шла Саша по шоссе и сосала сушку
2. Купи кипу пик
3. Бык тупогуб, тупогубенький бычок. У быка бела губа была тупа

#### 4. Король-орел

Вот некоторые упражнения с чистоговорками, которые мы с вами сейчас выполним.

**«Сплетня».** С помощью разных чистоговорок участники передают друг другу новость. Основной акцент сделан на чёткость произношения.

**«Переброс»** Участники стоят в кругу, у одного из них в руках мячик. Тот, у кого в руках мяч, произносит чистоговорку и отправляет последнее слово и мячик партнеру через круг.

2. «Чистоговорка в образе». Участники по одному выходят в круг и произносят одну и ту же чистоговорку, но в разных, заранее заданных педагогом образах. Например, сказать: «Шла Саша по шоссе и сосала сушку»

1. как учительница русского языка, читающая диктант.
2. как преподаватель по речи
3. как обиженный ребенок
4. как скандальная бабка
5. как робот
6. как рассерженный человек

#### *Дыхательные упражнения*

Сейчас проведем упражнения на дыхание. Каждое упражнение делаем 6-8 раз.

**«Свечка».** Участники ставят палец перед ртом. Набирается и устанавливается правильное дыхание, после чего воздух выпускается тоненькой струйкой, так чтобы «пламя свечи» не колыхнулось.

**«Погреем руки»** Участники ставят перед ртом ладонь и широко раскрытым ртом медленно выпускают воздух на ладошку.

**«Снайпер».** То же, что и «свечка», но воздух выдыхается одновременно и за максимально короткое время.

**«Упрямая свечка».** То же, что и «снайпер», но воздух выдыхается в несколько приёмов без дополнительного добора дыхания.

### **«Львенок греется»**

Мягким, долгим выдохом (как бы беззвучно произносят слог «ха»), который у нас называется «тёплым дыханием», греем последовательно: ладони, локти, плечи, грудь, живот, колени, стопы, «хвост». Упражнение **«Львенок греется»** всегда последнее в этом блоке, разогреваем им голосовые связки и приступаем к следующему блоку.

**«Комарик».** Участники становятся в шахматном порядке. Руки в стороны. Перед носом у каждого вьётся со звуком «з – з – з – з» «комарик». Звук произносится на выдохе, на одном дыхании. На выдохе руки медленно сводятся, и в конце дыхания «комарик» прихлопывается.

**«Насосик».** Участники разбиваются на пары, один из пары – мячик, второй – насосик. Вначале «мячик» сдут, то есть ребёнок в максимально расслабленной позе сидит на корточках на полу. «Насосик» со звуком «пс» и сгибается в пояснице до прямого угла «накачивает» «мячик». Каждое выпрямление – вдох, каждый наклон – выдох. «Мячик» постепенно «надувается». При этом воздух набирается дискретно, порциями. Когда «мячик» надут, «насосик», выдёргивает «затычку», и «мячик» со звуком «ш - ш – ш» сдувается. Выдох происходит длительно. Потом участники меняются ролями. Это упражнение хорошо тем, что каждый ребёнок проходит тренинг на тактированные и на длительные вдох и выдох.

**«Егорка»:** «Как на горке на пригорке жили тридцать три Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка...» и т.д. Перед началом счёта Егорок подбирается дыхание. Это упражнение хорошо тем, что наглядно показывает, насколько ученики смогли продвинутся по сравнению с прошлым разом.

### **«Дровосек»**

Вдох – руки подняты вверх, как бы держат топор. Выдох со словами «и – раз», руки опускаются вниз – раскололи полено. Таким образом, вдох – замах, выдох – удар.

Все эти упражнения направлены на развитие диафрагматического дыхания.

## Список литературы

1. Агафонова И.Н. Программа «Уроки общения для детей 6-10 лет «Я и Мы»./И.Н. Агафонова – СПб.: СПб ГУПМ, 2003 – 70 с. Книга с 1 автором
2. Арбузова Е.Н., Анисимов А.И., Шатровой О.В. Практикум по психологии общения/ Е.Н.Арбузова, А.И.Анисимов, О.В.Шатровой.– СПб.: Речь, 2008. – 272 с. Книга 3-х авторов
3. Арушанова А.Г. Развитие коммуникативных способностей дошкольника: методическое пособие/А.Г Арушанова.- М.: ТЦ Сфера, 2011. – 80 с. Книга с 1 автором
4. Букатов В.М., Ершова А.П. Хрестоматия социо/игровых приёмов обучения на школьных уроках. Интерактивные технологии современного образования в начальных классах.- СПб.: Изд-во «Школьная лига», 2013. – 192 с. Книга 2-х авторов
5. Василенко М.А. Основы социально-психологического тренинга/ М.А. Василенко.- Ростов н/Д :Феникс, 2014. – 125с. Книга с 1 автором
6. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие/И.В.Вачков.- 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Издательство «Ось-89», 2001. – 224 с. Книга с 1 автором
7. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии/ Л.С. Выготский. - СПб., Изд. «Союз», 1997.– 224 с. Книга с 1 автором
8. Говард М. Актер от чистого сердца. Как раскрыть в себе сценический талант/Майкл Говард; пер. Я.Матросовой.- М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2017. – 256 с. Книга с 1 автором



9. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. Тренинг актерского мастерства/С.В.Гиппиус. – СПб.: Издательство «Веды», 2010. – 378с. Книга с 1 автором
10. Заморев С.И. Игровая терапия. Совсем не детские проблемы/С.И. Заморев. – СПб.: Речь, 2002. – 135 с. Книга с 1 автором
11. Зеленцова - Пешкова Н.В. Игротерапия для дошкольников/ Н.В. Зеленцова-Пешкова. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 156с.: ил. Книга с 1 автором
12. Кипнис М. 128 лучших игр и упражнений для любого тренинга. Актерский тренинг: 128 лучших игр и упражнений для актера, режиссера, тренера/ М. Кипнис. – М.: АСТ; СПб.: Прайм-ЕВРО-ЗНАК, 2009. – 287 с. Книга с 1 автором
13. Михайлова И.М. Формирование коммуникативных умений младших школьников с использованием наглядности./И.М. Михайлова – М.: Псков. ПГПУ, 2005. – 188 с. Книга с 1 автором
14. Моница Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители)/Г.Б. Моница, Е.К. Лютова-Робертс.- СПб.: Речь, 2013. –224 с. Книга 2-х авторов
15. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов/В.С.Мухина. - 10-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательский центр "Академия", 2006. – 608 с. Книга с 1 автором
16. Озерова О.Е. Развитие творческого воображения и мышления у детей. Игры и упражнения./О.Е. Озерова. – Ростов н/Д: Феникс,2005. –192 с. Книга с 1 автором
17. Полищук В. Актерский тренинг Михаила Чехова/ В. Книга с 1 автором

Полищук.-М.:АСТ; Владимир:ВКТ,2010. – 256 с.

18. Психология и педагогика: Учебное пособие / Николаенко В.М., Залесов Г.М., Андрушина Т.В. и др.; Отв. ред. канд. филос. наук, доцент В.М. Николаенко. – М.: ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, 2000. – 175 с. Книга с 1 автором
19. Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия/ под ред. Е.В. Свистуновой.- М.: Редкая птица, 2019.- 176 с. Книга 5 авторов
20. Савельева В.А. Я играю чувства. Сказкотренинги для дошкольников и младших школьников/В.А. Савельева, Л.В. Фомина.- СПб.: Речь, 2013. – 64 с. Книга с 1 автором
21. Савостьянов А.И. Общая и театральная психология: Учебное пособие для студентов вузов.- СПб.: КАРО, 2007.-256 с. Книга с 1 автором
22. Сарабян Э. Актерский тренинг по системе Станиславского. Интеллект. Воображение. Эмоции. Метод действенного развития/Эльвира Сарабян.- М.: АСТ; Владимир:ВКТ, 2011. – 191 с. Книга с 1 автором
23. Семёнов А.А. Психодрамма: способ решать, а не жаловаться/А.А. Семёнов, С.Н. Бесчётная.- Ростов н/Д :Феникс, 2012 - 576 с. Книга с 1 автором
24. Скурат Г.Г. Детский психологический театр: развивающая работа с детьми и подростками.- СПб.: Речь, 2007. – 144с. Книга с 1 автором
25. Соснова М.Л. Тренинг коммуникативного мастерства: Учебно-практическое пособие – М.: Академический Проект, 2010. – 265 с. Книга с 1 автором
26. Станиславский К. Работа актера над собой в творческом процессе воплощения.- М.: Азбука-Аттикус, 2019.- 416 с. Книга с 1 автором
27. Стишенок И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и Книга с 1

- реализация новых возможностей/И.В.Стишенок.-СПб; М.; автором  
Речь, 2020.-240 с.
28. Уханова А.В. Завтра в школу! Развитие эмоций и навыков  
общения у ребенка. – СПб.: Речь; М.:Сфера, 2011. – 128 с. Книга с 1  
автором
29. Феофанова, И. Актерский тренинг для детей/ И. Феофанова.- Книга с 1  
М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2011. – 352 с. автором
30. Чикер А.В. 18 программ тренингов: Руководство для  
профессионалов / В.А. Чикер. – СПб.: Речь,2011. – 368с. Книга с 1  
автором
31. Шишкова С.В. Создайте счастливый сценарий вашей жизни.  
Театротерапия. Тесты и упражнения для детей и взрослых.- Книга с 1  
М.: Издательство АСТ, 2018 .- 320 с. автором