Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец пионеров и школьников им. Н.К. Крупской г. Челябинска»

РЕКОМЕНДОВАНО
Экспертным советом
МАУДО «ДПШ»
Протокол № 3 от 17.04.2026

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО «ДПШ»
_____ Ю.В. Смирнова
Приказ № 145-од от 20.04.2026

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театральная студия»

Направленность Программы: художественная
Возраст обучающихся: 10-18 лет
Срок реализации Программы: 1 год
Количество часов по Программе: 148 часов
Год разработки Программы: 2026

Автор-составитель:
Малышева Юлия Вячеславовна,
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

Челябинск, 2026 г.

Оглавление

Раздел 1. Пояснительная записка ... 3

Раздел 2. Содержание Программы ... 8

2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» ... 8

2.2. Учебный план модуля «Театральная студия. Сценическая подготовка» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» ... 8

2.3. Содержание учебного плана образовательного модуля «Театральная студия. Сценическая подготовка» ... 9

2.4. Учебный план модуля «Театральная студия. Мастерство актера» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» ... 12

2.5. Содержание учебного плана образовательного модуля «Театральная студия. Мастерство актёра» ... 15

Итоговое занятие. Показ спектакля ... 22

2.6. Учебный план модуля «Театральная студия. Мастерство актера. 2.0» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» ... 22

2.7. Содержание учебного плана образовательного модуля «Театральная студия. Мастерство актёра.2.0» ... 25

Раздел 3. Воспитательная деятельность ... 35

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей ... 35

3.2. Формы и методы воспитания ... 37

3.3. Условия осуществления воспитательного процесса, анализ результатов ... 37

3.4. Календарный план воспитательной работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Театральная студия» ... 38

Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы ... 39

Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» ... 43

5.1 Методические материалы ... 43

5.2.Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса по дополнительной образовательной программе «Театральная студия» ... 45

Приложение 1 ... 47

Приложение 2 ... 48

Приложение 3 ... 53

Раздел 1. Пояснительная записка

Перечень нормативно-правовых актов

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 08.03.2026) (далее – ФЗ).

2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 20.02.2026).

3. Стратегия реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 г. (распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 №2233-р).

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (ред. от 24.12.2025).

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи») (ред. от 24.12.2025).

6. Паспорт федерального проекта «Всё лучшее детям» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Молодёжь и дети»).

7. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (ред. от 17.12.2025).

8. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации».

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изм. и доп. от 21.04.2023).

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образова-

ния, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

14. Методические рекомендации по проектированию общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобранауки России совместно с ГАОУ ВО «МГПУ», ФГАУ «ФИРО» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование» (письмо Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015).

15. Закон Челябинской области от 30.08.2013 №515-ЗО «Об образовании в Челябинской области» (ред. от 29.07.2024).

16. Локальные акты МАУДО «ДПШ».

Направленность Программы: художественная.

Уровень освоения Программы: базовый.

Актуальность Программы определяется необходимостью успешной социализации ребёнка в современном обществе, его жизненным и профессиональным самоопределением, продуктивным освоением социальных ролей в широком диапазоне и творческой реализацией. Программа объединяет в себе различные аспекты театрально - творческой деятельности, необходимые как для профессионального становления, так и для практического применения в жизни. ДООП «Театральная студия» обусловлена социальным заказом общества на формирование общей культуры обучающихся, их творческое развитие. Данная программа разработана с учётом запроса родителей (законных представителей) в области художественного творчества.

Воспитательный потенциал Программы предполагает развитие гуманистической направленности личности обучающихся, в том числе формирование представления о многообразии и красоте культурных объектов человечества, мотивации на изучение и создание культурных ценностей, организацию самостоятельной деятельности детей, направленную на самообразование.

В содержание Программы включены темы: «Мой Дворец» - 2 часа, «Мой выбор» - 2 часа. Тема «Мой Дворец» предполагает знакомство с историей и традициями Дворца, посещение музея истории Дворца. Обучающиеся принимают участие в традиционных воспитательных мероприятиях Дворца. Тема «Мой выбор» рассчитана на профессиональную ориентацию обучающихся и предполагает знакомство с театральными профессиями.

Новизна данной программы заключается в реализации идеи эффективного развития творческой личности в условиях сотворчества учащихся в разновозрастном творческом объединении; в комплексном тематическом отборе репертуара в образовательных областях «театр» и «музыка». Программа ориентирована на

выявлении и развитии задатков и творческих способностей обучающихся, в том числе детей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации.

Отличительные особенности Программы

Программа предусматривает овладение обучающимися знаниями и умениями исполнительского мастерства в разновозрастном коллективе. Процесс обучения связан с приобретением практических навыков актёрской игры, совершенствованием техники речи, умением работать над репертуаром творчески. В ходе реализации Программы обучающиеся освоят азы актёрского мастерства с целью реализации своего творческого потенциала.

Настоящая Программа создает условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности обучающихся с учетом территориальных и этнокультурных особенностей Челябинской области посредством включения в содержание учебных занятий соответствующего репертуара, песен авторов - исполнителей.

По форме организации образовательного процесса программа является модульной. Дополнительная образовательная программа «Театральная студия» состоит из 2 модулей: «Мастерство актера», «Сценическая подготовка».

Адресат Программы: 10 - 18 лет

Младший школьный возраст- 7- 11 лет. Ведущей деятельностью у младших школьников является учебно-познавательная деятельность. Ребенка надо научить учиться: выделять и удерживать учебную задачу, самостоятельно находить и усваивать общие способы решения задач; владеть и пользоваться разными формами обобщения, в том числе теоретическими; уметь участвовать в коллективных видах деятельности; иметь высокий уровень самостоятельной творческой активности. Процесс учения должен быть построен так, чтобы его мотив был связан с содержанием предмета усвоения.

Средний школьный возраст - 12 - 14 лет. В этом возрасте подростковый опыт уже недостаточен для взаимодействия с окружающим миром, а взрослый опыт еще осознанно не освоен. В связи с этим выделяются основные особенности старших подростков: повышенная, по сравнению с другими возрастами, значимость тесных эмоциональных контактов и интенсивная социализация, сменяющая характерное для подростков противопоставление себя взрослому обществу. Подросток активно ищет друзей, посвящает много времени доверительному общению, в котором склонен к крайностям и быстрой смене симпатий.

Старший школьный возраст – 15 - 18 лет. В данный возрастной период завершается подготовка к самостоятельной жизни человека, формирование мировоззрения, выбор профессиональной деятельности. Центральным процессом старшего школьного возраста (юности), является формирование личностной идентичности, чувства преемственности, единства, открытие собственного «Я». Новым и главным видом психологической деятельности для этого возраста становится рефлексия, самосознание. Формируются интеллектуальные способности, особенно понятийное теоретическое мышление.

Объем, структура, содержание, формы и методы обучения определены в соответствии с возрастными, физиологическими и психологическими особенностям обучающихся.

Данная программа может быть освоена обучающимися с ОВЗ (по запросу родителей (законных представителей) обучающихся).

Оптимальное количество обучающихся по программе (в одной группе) – 15 человек.

Цель программы - развитие творческих способностей обучающихся средствами театрального искусства.

Задачи Программы.

Личностные:

- сформировать у обучающихся основы социального взаимодействия;
-сформировать потребность в постоянном поиске форм творческого самовыражения на основе полученных ценностных ориентаций.

Метапредметные:

- развить навыки постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотнесения своих действий с результатом на основе самоанализа;
-сформировать навыки бесконфликтного и конструктивного общения с окружающими посредством освоения различных средств коммуникации и способов саморегуляции своего поведения.

Образовательные (предметные):

-развить у обучающихся музыкальные и актерские способности на основе программного материала;
- сформировать навыки исполнительства;
- познакомить обучающихся со специальной терминологией из области музыки и театра.

Планируемые результаты:

Личностные:

-сформированы основы социального взаимодействия;
-сформирована потребность в постоянном поиске форм творческого самовыражения на основе полученных ценностных ориентаций.

Метапредметные:

- развиты навыки постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотнесения своих действий с результатом на основе самоанализа;

- развиты навыки конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений и освоение различных социальных ролей, умения работать на общий результат и нести ответственность за свои обязанности и поручения.

Образовательные (предметные):

- развиты актерские способности на основе программного материала в соответствии с возрастом обучающихся;
-сформированы навыки исполнительства;
- знание специальной терминологии из области театра.

Объем Программы: 148 часов

Формы обучения – очная. Программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий.

Виды занятий – учебное занятие, практические занятия, тренинг, репетиция, спектакль.

Срок реализации Программы: 1 год

Режим занятий:

Модуль «Театральная студия. Сценическая подготовка» - 1 раз в неделю по 2 академических часа. Перерыв между занятиями 10 мин.

Модуль «Театральная студия Мастерство актера» - 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Модуль «Театральная студия Мастерство актера. 2.0» - 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Раздел 2. Содержание Программы

2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия»

Предмет: «Актерское мастерство»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	Модули	Общее кол-во часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
«Театральная студия»	«Театральная студия. Сценическая подготовка»	74	11	63	Этюд, наблюдение, спектакль
	«Театральная студия. Мастерство актера»	148	13	135	Этюд, наблюдение, спектакль
	«Театральная студия. Мастерство актера. 2.0»	222	29	193	Этюд, наблюдение, спектакль
	Всего часов:	444	53	391	

2.2. Учебный план модуля «Театральная студия. Сценическая подготовка» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия»

Предмет: «Актерское мастерство»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1.	**Раздел 1. Введение**	**2**	**2**		
1.1.	Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности		2		
2.	**Раздел 2. Актёрская техника**	**30**	**5**	**25**	
2.1.	Произвольное и непроизвольное внимание	6	1	5	
2.2.	Элементы актёрской техники: воображение и фантазия	6	1	5	
2.3.	Предлагаемые обстоятельства	6	1	5	
2.4.	Сценическая вера	6	1	5	
2.5.	Взаимодействие с партнёром. Текущий контроль	6	1	5	наблюдение
3.	**Раздел 3. Театр - синтез искусств**	**8**	**4**	**4**	
3.1.	Живопись и архитектура в сценографии спектакля.	2	1	1	
3.2.	Музыка в спектакле	2	1	1	
3.3.	Костюмы в спектакле	2	1	1	
3.4.	Танец и пластика в спектакле	2	1	1	
4.	**Раздел 4. Репетиционно - постановочная работа**	**34**	**1**	**32**	
4.1	Этюдная работа. Текущий контроль	6		6	этюд
4.2	Работа над характером персонажа	8		8	
4.3	Работа над пластикой персонажа	6		6	
4.4	Композиционное построение мизансцен	5		5	
4.5	Корректировка мизансцен	4		4	
4.6	Моя роль	1		1	
4.7	«Профессия «Актёр». Уникальность профессии. Описание деятельности»	2	2		
4.8	Итоговое занятие. «Сценическая подготовка». Промежуточная аттестация	2		2	спектакль
	Всего часов:	**74**	**13**	**61**	

2.3. Содержание учебного плана образовательного модуля «Театральная студия. Сценическая подготовка»

Раздел 1. Введение (2 часа)

Тема 1.1. Введение в программу. Инструктаж по правилам безопасности. «Мой Дворец»

Теория (2 часа).

Знакомство с историей и традициями Дворца, посещение музея истории Дворца. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с правилами поведения на сцене и за кулисами. Экскурсия по Дворцу.

Раздел 2. Актёрская техника (30 часов)

Тема 2.1. Произвольное и непроизвольное внимание

Теория (1 час).

Актёрская техника как освоение основных приспособлений актерской игры

Практика (5 часов) .

Выявление особенности внимания в жизни и на сцене. Упражнения и тренинги для выработки сценического внимания. «Поймать хлопок», «Шахматы», «Невидимая нить», «Много ниточек или Большое зеркало», «Найди отличия», «Угадай, что я делаю?», «Печатная машинка», «Телепаты» и др.

Тема 2.2. Элементы актерской техники: воображение и фантазия

Теория (1 час).

Беседа «Фантазия и воображение как элементы актёрского мастерства»

Практика (5 часов).

Тренинг на развитие воображения и фантазии.

1. Импровизация под музыку.
2. Имитация и сочинение различных необычных движений.
3. Сочиняем сказку вместе (по фразе, по одному слову).
4. Примеры упражнений:

а) «воображаемый телевизор» Дети сидят на стульях и смотрят «передачу». Кто какую передачу смотрит? Пусть каждый покажет, а потом расскажет о том, что он видит.

б) «Волшебный стул»

в) передать друг другу книгу так, как будто это: кирпич, кусок торта, бомба, фарфоровая статуэтка и т. д.:

г) взять со стола карандаш так, как будто это:червяк, горячая печёная картошка, маленькая бусинка;

д) «Скульптор и Глина»;

е) взять любой предмет и придумать его биографию.

Тема 2.3. Предлагаемые обстоятельства

Теория (1 час).

Беседа «Что такое предлагаемые обстоятельства?» В предлагаемые обстоятельства входят как данные автором «базовые характеристики» пьесы и роли (фабула, время и место действия, его фактура), так и всё предложенное театром, от режиссёрской трактовки до постановочного воплощения (мизансцены, сценография, свет, звук, костюмы).

Практика (5 часов).

Упражнения на различные предлагаемые обстоятельства: игра «Гранитный, стеклянный или ватный», «Мне 2 года, 80 лет…», ситуации- импровизации «В маршрутке, в школе, в бассейне и др.». Этюды на физическое действие с разными предлагаемыми обстоятельствами (зашнуровать ботинки или заплести косичку на контрольной по математике; за десять секунд до выхода на сцену; в переполненном автобусе и т.д.).

Тема 2.4 Сценическая вера

Теория (1 час).

Беседа «Что такое сценическая вера?». Сценическая вера как способность актера серьезно относиться к данной ему неправде, как к правде.

Практика (5 часа).

Актёрский тренинг с обстоятельством «если бы…».

Тема 2.5. Взаимодействие с партнёром. Текущий контроль

Теория (1 час).

Способы взаимодействия с партнером (вербальные и невербальные).

Практика (5 час).

Упражнения на взаимосвязь и уважение к партнеру: «Мертвая точка», «Недотрога», «Самурай», «Письмо» и др. Текущий контроль.

Раздел 3. Театр - синтез искусств (8 часов)

Тема 3.1. Живопись и архитектура в сценографии спектакля

Теория (1 час).

Беседа «Что такое «сценография», «образ спектакля», «макет», «фактура» ? усвоение театральной терминологии.

Практика (1 час).

Создание эскизов афиши спектакля и декораций.

Тема 3.2. Музыка в спектакле

Теория (1 час).

Основные выразительные средства музыки и использование звуковых и шумовых эффектов спектакля.

Практика (1 час).

Упражнения «Крест», «Сочинение текста на ритм». Проведение музыкального тренинга.

Тема 3.3. Костюмы в спектакле.

Теория (1 час).

Влияние костюма на создание образа персонажа.

Практика (1 час).

Создание своего костюма для раскрытия характера героя в зависимости от художественных целей спектакля.

Тема 3.4.Танец и пластика в спектакле

Теория (1 час).

Беседа «Роль танца в классическом спектакле». Танец и различные варианты пластических импровизаций как важные компоненты современного спектакля. Хореографические сцены и фрагменты выполняют определенные функции в реализации авторской режиссерской идеи; создают определенную атмосферу сценического эпизода в драматическом спектакле.

Практика (1 час).

Упражнения: «Пластический крест», имитация пластики животного или птицы, сочинение танцевальных композиций для спектакля.

Раздел 4. Репетиционно - постановочная работа (34 часа)

Тема 4.1. Этюдная работа

Практика (6 часов).

Этюды на предлагаемые обстоятельства, на поиск действенной линии поведения и на проявление характера персонажа. Пластические этюды, этюды на создание образа персонажа, сон персонажа, атмосфера спектакля, что произошло за рамками пьесы. Выполнение этюдных заданий. Текущий контроль.

Тема 4.2. Работа над характером персонажа

Практика (8 часов).

Читка пьесы по ролям. Выявление темы, идеи, предлагаемых обстоятельств, конфликта, черт характера персонажей и т.д. Отношения между персонажами, игра с текстом в руках. Первая проба прохождения ногами.

Тема 4.3. Работа над пластикой персонажа

Практика (6 часов).

Нахождение походки, позы, постановки рук и ног, корпуса посредством наблюдений и при помощи фантазии, исходя из характера персонажа. Работа с костюмом, реквизитом.

Тема 4.4. Композиционное построение мизансцен.

Практика (5 часов).

Разработка мизансцены по выбранному материалу, пластика персонажей, идет процесс поиска характеров и взаимоотношений персонажей.

Тема 4.5. Корректировка мизансцен

Практика (4 часа).

Формирование эпизодов из созданного материала, нахождение нужных мизансцен с элементами костюма и реквизита.

Тема 4.6. Моя роль

Практика (1 час).

Обсуждение и анализ проделанной работы. Просмотр видео спектакля.

Тема 4.7. «Профессия «актёр». Уникальность профессии. Описание деятельности»

Теория (2 часа).

Знакомство с профессией «актер» в театре.

Тема 4.8. Итоговое занятие «Сценическая подготовка». Промежуточная аттестация.

Практика (2 часа).

Итоговое занятие. «Сценическая подготовка». Показ спектакля. Промежуточная аттестация.

2.4. Учебный план модуля «Театральная студия. Мастерство актера» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия»

Предмет: «Актерское мастерство»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1.	**Раздел 1. Введение**	**2**	**2**		
1.1.	Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности		2		
2.	**Раздел 2. Тренинг развивающий**	**20**		**20**	
2.1.	Упражнения на пассивную и активную гибкость	6		6	
2.2.	Мышечная память и освобождение мышц	6		6	
2.3.	Способы развития фантазии	4		4	
2.4.	Способы развития воображения	4		4	
3.	**Раздел 3. Актерское мастерство**	**20**		**20**	
3.1.	Психофизический тренинг	5		5	
3.2.	Актерская терапия	5		5	
3.3.	Актерская специфика: правдиво жить под воображаемыми обстоятельствами	5		5	
3.4.	Предлагаемые обстоятельства	5		5	
4.	**Раздел 4. Работа над этюдами или миниатюрами**	**28**	**1**	**27**	
4.1.	Основные навыки работы над этюдами, миниатюрами	4	1	3	
4.2.	Создание и разбор этюдов	5		5	
4.3.	Работа над этюдами и их разбор.	6		6	
4.4.	Начальные репетиции	6		6	
4.5.	Репетиционная работа	5		5	

4.6.	Показ этюдов. Текущий контроль.	1		1	этюд
5.	**Раздел 5. Работа над художественным произведением**	**14**	**14**		
5.1.	Выбор материала	4	4		
5.2.	Идейно-тематический разбор материала	4	4		
5.3.	Идейно-художественный анализ произведения	6		6	
6.	**Раздел 6. Проектирование постановки**	**30**	**5**	**25**	
6.1.	Разработка сценария	5	2	3	
6.2.	Проектирование сценария	5		5	
6.3.	Работа над показом	6	1	5	
6.4.	Театральный реквизит	6		6	
6.5.	Показ. Текущий контроль	6		6	наблюдение
6.6.	«Мой выбор». Профессия «актёр»	2	2		
7.	**Раздел 7. Репетиционная работа**	**34**		**34**	
7.1.	Персонажный тренинг	6		6	
7.2.	Мизансцена как средство выразительности	6		6	
7.3.	Создание образа героя	4		4	
7.4.	Мой герой в спектакле	4		4	
7.5.	Постановка мизансцен	4		4	
7.6.	Декорации в театральной постановке	4		4	
7.7.	Репетиционная работа	4		4	
7.8.	Итоговое занятие. Показ спектакля.	2		2	спектакль
	Всего часов:	**148**	**13**	**135**	

2.5. Содержание учебного плана образовательного модуля «Театральная студия. Мастерство актёра»

Раздел 1. Введение (2 часа)

Тема 1.1. Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности

Теория (2часа).

Знакомство с историей и традициями Дворца, посещение музея истории Дворца. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с правилами поведения на сцене и за кулисами. Экскурсия по Дворцу.

Раздел 2. Тренинг развивающий (20 часов)

Тема 2.1. Упражнения на пассивную и активную гибкость

Практика (6часов).

Выполнение упражнений.

Упражнение 1. Выпад с поворотом

1.Встать ровно, ноги вместе.

2.На вдохе сделать шаг вперед, перенеся вес тела на переднюю ногу. Бедра и голени обеих ног должны образовать прямой угол. Колено второй ноги не касается пола.

3.Находясь в выпаде, завести руку за правую ногу, чуть упираясь предплечьем в колено, и повернуть корпус вправо. Задержаться на несколько секунд и вернуться в исходное положение. Повторить упражнение.

Упражнение 2. Наклоны в сторону с вытягиванием

1.Встать ровно, ноги на ширине плеч. Руки поставить на пояс.

2.Наклониться вправо, вытянув правую руку вверх. Задержаться на несколько секунд, вернуться в исходное положение и повторить упражнение на другую сторону.

Упражнение 3. 90/90

1.Сесть на пол. Левую ногу, согнутую в колене под прямым углом, вывести вперед. Правую ногу также согнуть в колене и завести назад. Ладонями упереться в пол. Корпус повернуть так, чтобы живот находился в одном направлении с коленом передней ноги.

2.Медленно наклонить корпус вперед, разводя руки в стороны и стараясь коснуться грудью колена. Задержаться на несколько секунд и плавно вернуться в исходное положение.

Упражнение 4. Наклон с вытяжением

1.Поставить стул перед собой. Руки расположить на спинке стула, ноги на ширине плеч.

2.Выполнить медленный наклон вперед, контролируя нейтральное положение поясницы. В максимальной точке задержаться на 1-2 секунды и вернуться в исходное положение.

Упражнение 4. "Кошка"

1.Встать на четвереньки, расположив ладони по ширине плеч. Руки прямые, ноги согнуты под прямым углом. Равномерно распределить вес по всему телу.
2.На вдохе слегка прогнуться в пояснице, потянув копчик вверх, а грудь вперед.
3.На выдохе медленно округлить поясницу и грудной отдел позвоночника. Взгляд направлен в пупок.
4.На вдохе плавно вернуться в исходное положение и повторить упражнение.
Упражнение 5. Поза полумоста
1.Лечь на спину. Стопы поставить на ширину плеч и притянуть к тазу, согнув ноги в коленях.
2.Поднять таз вверх. Плечи, шея и голова лежат на полу. Руки можно положить вдоль корпуса или обхватить ими лодыжки.
3.В верхней точке напрячь ягодицы, стараясь поднять таз как можно выше. Задержаться в максимальной точке на 1-2 секунды и опустить таз на пол.
Важно следить за тем, чтобы поясница и таз создавали одну прямую линию. Для упрощения следует поддерживать поясницу руками. И др.

Тема 2.2. Мышечная память и освобождение мышц

Практика (6 часов).

Выполнение упражнений на произвольное расслабление и напряжение отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях. Выработка волевого и подсознательного контроля; ощущение центра тяжести; тренировка вестибулярного аппарата.

Тема 2.3. Способы развития фантазии.

Практика (4 часа).

Упражнения на развитие фантазии. Введение начального понимания предлагаемых обстоятельств («Если бы...»).

Тема 2.4. Способы развития воображения.

Практика (4 часа).

Упражнения на развитие воображения. Работа с предлагаемыми обстоятельствами

- Сесть на лавочку в людном месте и наблюдать за прохожими: выбрав одного человека, рассмотреть его внешний вид и манеру поведения, затем придумать ему имя, род занятий, пофантазировать о его жизни.
- Взять текст и прочитать его по-разному: громко, шепотом, медленно. Затем прочитать текст от имени ребенка, старичка, инопланетянина, заикающегося человека, какого-либо животного.
- Взять на руки воображаемое животное, попытаться погладить его, удержать на руках. По характеру движений (животное маленькое или большое, выскальзывает из рук, убегает, кусает и т.д.) партнеры или зрители должны угадать, что это за животное.
- Попробовать перевоплотиться в знаменитость, ребенка, представителя какой-либо профессии, животное. Нужно совершать действия, которые характерны для объекта копирования. Зрители должны угадать предмет перевоплощения.
- Прочитать отрывок из книги, в котором разворачивается событие с участием нескольких персонажей. Закрыть глаза и представить, как будто все

происходит на самом деле, стать участником этих событий. В своем воображении нужно нарисовать обстановку, одежду персонажей, попробовать «услышать» их голоса, отметить манеру поведения каждого, прочувствовать их мысли и ощущения и др.

Раздел 3. Актерское мастерство (20 часов)

Тема 3.1. Психофизический тренинг.

Практика (5 часов).

Тренинг на изучение элементов актёрского мастерства: внимание, эмоциональную память, приспособление.

Тема 3.2. Актерская терапия.

Практика (5 часов).

"Терапия" включает в себя комплекс упражнений, направленных на снятие психофизических блоков, "лечит" организм от психических зажимов, снятие усталости, обретение чувства баланса и уверенности.

Комплекс №1.

1. Дышите глубже. Пара глубоких вздохов может сотворить чудо.
2. Выполняйте физические упражнения. Это лучший способ для того, чтобы снять любые физические и психологические зажимы.

Комплекс №2. «Поза отдыха» (расслабление):

1. Сбросить тело вниз, при наклоне - плечи, руки, шея свободны;
2. Стоя - поникшая голова, плечи опущены (поза усталости);
3. Развалиться, раскинуться на стуле, откинув голову, рот открыт;
4. Сидя свесить голову вниз, руки мягко лежат на коленях;
5. Лежа на спине, расслабиться, поверить в свободу плеч, шеи рук, ног:
6. Стоя, голову мягко откинуть назад, рот полуоткрыт.
7. Отстукивание ритма ногой по полу, хлопки (помогает для концентрации внимания).
8. Прыжки на правой ноге. Данное упражнение хорошо стимулирует работу левого полушария мозга, которое отвечает за логику, речь и память.

Выполнение упражнений по снятию психических и физических зажимов»

Упражнение 1 «Пальма»

Обучающиеся должны встать прямо и сосредоточить свое внимание на левой руке, напрягая ее до возможного предела. Через несколько секунд нужно сбросить напряжение, а руку расслабить. Аналогичные упражнения нужно

Упражнение 2 «Зажимы по кругу»

Участники идут по кругу и по команде педагога напрягают правую руку, правую ногу, левую руку, левую ногу, поясницу, обе ноги, все тело. Напряжение в заданном участке тела должно быть сначала слабым и постепенно нарастать до предела. В состоянии предельного напряжения участники должны идти 15-20 секунд, потом по команде педагога нужно полностью сбросить напряжение, то есть расслабить напряженный участок тела целиком.

Упражнение 3 «Центр тяжести»

Для выполнения следующего упражнения попробуйте определить, где у вас находится центр тяжести. Подвигайтесь, попрыгайте, поползайте, встаньте, сядьте. Потом представьте, что вы стали кошкой. Теперь вам надо найти центр тяжести тела кошки, то есть подвигаться как кошка. Где чувствуется центр тяжести кошки? А в каком месте находится центр тяжести птички, прыгающей по земле? Побудьте птичкой. Затем изобразите любых других животных. Затем представьте себя маленьким ребенком, копируйте его движения, но при этом не следует сковывать свои движения. Маленькие дети и животные являются самым лучшим примером отсутствия мышечных зажимов. Постарайтесь запомнить свои ощущения и чувство легкости, во время отсутствия зажимов.

Упражнение 6 «Замри в позу»

Начинайте спокойно прохаживаться по комнате. По сигналу надо бросить тело в неожиданную для вас позу и замереть в ней на какое-то время. Затем отомрите и продолжайте действие из вашей позы. Ищите те действия, которые соответствуют именно тому положению вашего тела, в котором вы замерли, только этому положению и никакому другому. Попробуйте понять, что вы делаете, почему выбрали то или иное действие и др.

Тема 3.3. Актерская специфика: правдиво жить под воображаемыми обстоятельствами

Практика (5 часов).

Тренинг на овладение основными элементами сценического действия по системе Станиславского: освобождение мышц, внимание, эмоциональная память, память физических действий, развитие актёрской смелости и непосредственности, общение, темпоритм, сценическая вера.

Тема 3.4. Предлагаемые обстоятельства.

Практика (5 часов).

Игры, тренинги, упражнения, этюды на освоение элементов актёрского мастерства. Использование всех изученных элементов в выполнении простого сценического действия.

Упражнение 1.

Педагог задаёт место действия и ситуацию. По команде меняет место действия, ситуация остается прежней.

Ситуация: Очень голодный, ем вкусную булочку.

Место действия:

- в столовой;
- дома;
- в кинотеатре;
- на уроке;

Упражнение 2.

«Оправдание позы». Попрошу вас встать в круг и начать двигаться по кругу. По моему хлопку каждый должен бросить свое тело в неожиданную для себя позу. Я буду включать шумы, а вы должны подобрать объяснение своей позе. «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».

Включаются шумы:

- леса;
- моря;
- улица;
- вокзала.

Упражнение 3.

«Отгадай, где я». Каждый из вас попытается своим психофизическим состоянием передать нам, где он находится, но при этом нельзя воспроизводить никаких звуков:

- хоккейный матч;
- в зоопарке;
- в кинотеатре смотрит страшный фильм;
- в цирке;
- в картинной галереи;
- на празднике смотрит салют;
- в парке кормит птиц;
- дома читает грустную новость в письме;
- в машине слушает ритмичную музыку;
- дома готовит и режет лук;
- в больнице сидит в очереди к зубному врачу;
- в кафе пьете чай и обжигаетесь.

Упражнение 4.

«Оправдание позы 2». По моему знаку вы принимаете произвольную позу. Затем поза оправдывается. Вы рассказываете о тех предлагаемых обстоятельствах, которыми окружено ваше действие. (Например, по знаку преподавателя принял позу – вытянул вперед руку. Оправдал тем, что хочу позвонить в звонок своей квартиры. Затем, не меняя позы, создать обстоятельства, с которыми может быть связано это действие: вернулся из летнего лагеря, звоню, никто не отвечает – значит, родители на даче. Как же попасть домой? Решаю зайти к другу, который живет в этом же доме).

- поднять руку;
- наклониться вниз;
- присесть на стул.

Упражнение 5.

Сейчас один из вас выбирает себе предлагаемые обстоятельства и начинает в них действовать, остальные должны пристроиться к этим обстоятельствам, но каждый со своей оценкой:

- порезал ногу;
- шел и разбил вазу;
- потерял кошелек;
- попросил прохожих помочь выбрать подарок;

- заблудился.

Упражнение 6.

«Лифт». Вы по очереди заходите в лифт, который находится в торговом центре. Но для начала каждый из вас выберет себе предлагаемые обстоятельства.

- опаздывает;
- боится замкнутого пространства;
- чем-то расстроенный;
- в хорошем настроении;

- в руках торт;
- простывший;
- голодный;
- в наушниках слушает ритмичную музыку;
- готовится к деловой встречи;
- идет на свидание;
- что-то потерял в лифте;
- в первый раз в лифте и др.

Раздел 4. Работа над этюдами или миниатюрами (28 часов)

Тема 4.1. Основные навыки работы над этюдами, миниатюрами

Теория (1 час).

Разбор основных этапов работы над этюдом по плану на основе литературы или отрывка из пьесы.

Практика (3 часа). Выполнение упражнений на создание микро этапов в этюдах по плану. Введение в этюды реквизита, декораций, светового, музыкального оформления.

Тема 4.2. Создание этюдов

Практика (6 часов).

Разбор произведения. Сочинение этюдов. Идейно-тематический анализ этюда.

Тема 4.3. Работа над этюдами и их разбор

Практика (6 часов).

Создание характеристики действующих лиц, определение сценических задач и др.

Тема 4.4. Начальные репетиции

Практика (6 часов).

Выполнение заданий:

- репетиции по эпизодам;
- работа с гримом;
- подготовка костюмов;
- подготовка декораций и реквизита;

Тема 4.5. Репетиционная работа

Практика (5 часов).

- прогонные репетиции;
- монтировочные репетиции;

- генеральные репетиции;

Тема 4.6. Показ этюдов. Текущий контроль.

Практика (1 час).

Показ этюдов зрителям. Текущий контроль.

Раздел 5. Работа над художественным произведением (14 часов)

Тема 5.1. Выбор материала

Теория 4 (часа).

Первичное целостное восприятие; ознакомление учащихся с конкретным содержанием произведения, его сюжетной линией на основе целостного восприятия текста. Выяснение эмоционального воздействия произведения.

Тема 5.2. Идейно-тематический анализ материала

Теория (4 часа).

Анализ (установление причинно-следственных связей в развитии сюжета; выяснение мотивов поведения действующих лиц и их ведущих черт (почему так поступили и как это их характеризует), раскрытие композиции произведения (завязка действия, момент наивысшего напряжения, развязка), анализ изобразительных средств в единстве с раскрытием конкретного содержания и оценкой мотивов поведения героев (что изобразил автор и как, почему выбрал те или иные факты) и т. п.

Тема 5.3. Идейно-художественный анализ произведения

Практика (6 часов).

Содержание работы: обобщение существенных черт действующих лиц, сопоставление героев и их оценка, выяснение идейной направленности произведения, оценка художественного произведения как источника познания окружающей действительности и как произведения искусства (что узнали нового, чему учит произведение, как автору удалось так ярко и увлекательно передать читателю свои мысли и чувства и т. п.). Составление плана художественного произведения. Виды плана (план рассказа о герое, план работы над лирическим стихотворением, сказки, басни). Пересказ и его виды (близкий к тексту, образца, подробный пересказ, сжатый, краткий пересказ, выборочный пересказ, пересказ с творческими дополнениями и изменениями).

Раздел 6. Проектирование постановки. (30 часов)

Тема 6.1.Разработка сценария

Практика (5 часов).

Изучение литературного материала, идейно-тематический анализ текста.

Тема 6.2. Проектирование сценария

Практика (5 часов).

Разработка сценария. Определение темы и основной мысли постановки.

Тема 6.3. Работа над показом

Практика (6 часов).

Репетиционная деятельность.

Тема 6.4. Театральный реквизит
Практика (6 часов).
Подготовка костюмов; подготовка декораций и реквизита.
Тема 6.5. Показ. Текущий контроль
Практика (6 часов).
Прогоны постановки в декорации и костюмах, соединение с музыкой, светом и пластическими номерами (танцами).Показ. Рефлексия. Текущий контроль.
Тема 6.6. «Мой выбор». Профессия «актёр»
Теория (2 часа).
Просмотр видеоматериала по теме.

Раздел 7. Репетиционная работа (34 часа)
Тема 7.1. Персонажный тренинг
Практика (6 часов).
Упражнения на создание образа героя по школе К. С. Станиславского и М. А. Чехова. Система переживания.
Тема 7.2. Мизансцена как средство выразительности
Практика (6 часов)
Основы мизансценирования. Постановка мизансцен.
Тема 7.3. Создание образа героя
Практика (4 часа).
Упражнения на создание образа героя по школе М. А. Чехова. «От внешнего к внутреннему».
Тема 7.4. Мой герой в спектакле
Практика (4 часа).
Этюды на создание образа героя в предлагаемых обстоятельствах.
Тема 7.5. Постановка мизансцен
Практика (4 часов).
Работа по расположению юных актеров на сцене в разные моменты спектакля.
Тема 7.6. Декорации в театральной постановке
Практика (4 часов).
Репетиции в установленных декорациях.
Тема 7.7. Репетиционная работа
Практика (4 часа).
Репетиционная работа. Подготовка к показу спектакля.
Тема 7.8. Итоговое занятие. Показ спектакля. Промежуточная аттестация
Практика (2 часа).
Итоговое занятие. Показ спектакля

2.6. Учебный план модуля «Театральная студия. Мастерство актера. 2.0» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия»
Предмет: «Актерское мастерство»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1.	**Раздел 1. Введение**	**6**	**2**	4	
1.1.	Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности		2		
1.2.	Сценическое пространство.	4		4	
2.	**Раздел 2. Тренинг развивающий**	**24**		**24**	
2.1.	Упражнения на пассивную и активную гибкость	6		6	
2.2.	Мышечная память и освобождение мышц	6		6	
2.3.	Способы развития фантазии	6		6	
2.4.	Способы развития воображения	6		6	
3.	**Раздел 3. Актерское мастерство**	**60**		**60**	
3.1.	Психофизический тренинг	6		6	
3.2.	Актерская терапия	6		6	
3.3.	Внимание	6		6	
3.4.	Перемена отношения	6		6	
3.5.	Физическое самочувствие актера	6		6	
3.6.	Актерская специфика: правдиво жить под воображаемыми обстоятельствами	6		6	
3.7.	Предлагаемые обстоятельства	6		6	
3.8.	Оценка факта	6		6	
3.9.	Сценическое общение	6		6	
3.10	Конфликт.	6		6	

4.	**Раздел 4. Работа над этюдами или миниатюрами**	**48**	**1**	**47**	
4.1.	Основные навыки работы над этюдами, миниатюрами	5	1	4	
4.2.	Создание и разбор этюдов	5		5	
4.3.	Бессловесные этюды. Этюды на рождение слова	6		6	
4.4.	Этюды-наблюдения	6		6	
4.5.	Этюды на событие и достижение цели	6		6	
4.6.	Работа над этюдами и их разбор.	6		6	
4.7.	Начальные репетиции	6		6	
4.8.	Репетиционная работа	6		6	
4.9.	Показ этюдов. Текущий контроль.	2		2	Этюд
5.	**Раздел 5. Работа над художественным произведением**	**18**	**18**		
5.1.	Выбор материала	6	6		
5.2.	Идейно-тематический анализ материала	6	6		
5.3.	Идейно-художественный анализ произведения	6	6		
6.	**Раздел 6. Проектирование постановки**	**32**	**8**	**24**	
6.1.	Разработка сценария	6	3	3	
6.2.	Проектирование сценария	6	3	3	
6.3.	Работа над показом	6		6	
6.4.	Театральный реквизит	6		6	
6.5.	Показ. Текущий контроль	6		6	наблюдение
6.6.	«Мой выбор». Профессия «актёр»	2	2		
7.	**Раздел 7. Репетиционная работа**	**34**		**34**	
7.1.	Персонажный тренинг	6		6	
7.2.	Мизансцена как средство выразительности	4		4	
7.3.	Создание образа героя	4		4	
7.4.	Мой герой в спектакле	4		4	
7.5.	Постановка мизансцен	4		4	
7.6.	Декорации в театральной постановке	4		4	
7.7.	Репетиционная работа	6		6	
7.8.	Итоговое занятие. Показ спектакля. Промежуточная аттестация	2		2	спектакль
	Всего часов:	**222**	**29**	**193**	

2.7. Содержание учебного плана образовательного модуля «Театральная студия. Мастерство актёра.2.0»

Раздел 1. Введение (6 часов)

Тема 1.1. Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности

Теория (2часа).

Знакомство с историей и традициями Дворца, посещение музея истории Дворца. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с правилами поведения на сцене и за кулисами. Экскурсия по Дворцу.

Тема 1.2. Сценическое пространство

Практика (4 часа)

Организация сценического пространства. Виды сценического пространства. Упражнения на коллективную согласованность. Работа над ориентированием в сценическом пространстве и в аудитории. «Молекула», «Хаос», «Зип-зап-зоп», «Ба-ондо-пиу» и др.

Раздел 2. Тренинг развивающий (24 часа)

Тема 2.1. Упражнения на пассивную и активную гибкость

Практика (6часов).

Выполнение упражнений.

Упражнение 1. Выпад с поворотом

1.Встать ровно, ноги вместе.

2.На вдохе сделать шаг вперед, перенеся вес тела на переднюю ногу. Бедра и голени обеих ног должны образовать прямой угол. Колено второй ноги не касается пола.

3.Находясь в выпаде, завести руку за правую ногу, чуть упираясь предплечьем в колено, и повернуть корпус вправо. Задержаться на несколько секунд и вернуться в исходное положение. Повторить упражнение.

Упражнение 2. Наклоны в сторону с вытягиванием

1.Встать ровно, ноги на ширине плеч. Руки поставить на пояс.

2.Наклониться вправо, вытянув правую руку вверх. Задержаться на несколько секунд, вернуться в исходное положение и повторить упражнение на другую сторону.

Упражнение 3. 90/90

1.Сесть на пол. Левую ногу, согнутую в колене под прямым углом, вывести вперед. Правую ногу также согнуть в колене и завести назад. Ладонями упереться в пол. Корпус повернуть так, чтобы живот находился в одном направлении с коленом передней ноги.

2.Медленно наклонить корпус вперед, разводя руки в стороны и стараясь коснуться грудью колена. Задержаться на несколько секунд и плавно вернуться в исходное положение.

Упражнение 4. Наклон с вытяжением

1.Поставить стул перед собой. Руки расположить на спинке стула, ноги на ширине плеч.

2.Выполнить медленный наклон вперед, контролируя нейтральное положение поясницы. В максимальной точке задержаться на 1-2 секунды и вернуться в исходное положение.

Упражнение 4. "Кошка"

1.Встать на четвереньки, расположив ладони по ширине плеч. Руки прямые, ноги согнуты под прямым углом. Равномерно распределить вес по всему телу.

2.На вдохе слегка прогнуться в пояснице, потянув копчик вверх, а грудь вперед.

3.На выдохе медленно округлить поясницу и грудной отдел позвоночника. Взгляд направлен в пупок.

4.На вдохе плавно вернуться в исходное положение и повторить упражнение.

Упражнение 5. Поза полумоста

1.Лечь на спину. Стопы поставить на ширину плеч и притянуть к тазу, согнув ноги в коленях.

2.Поднять таз вверх. Плечи, шея и голова лежат на полу. Руки можно положить вдоль корпуса или обхватить ими лодыжки.

3.В верхней точке напрячь ягодицы, стараясь поднять таз как можно выше. Задержаться в максимальной точке на 1-2 секунды и опустить таз на пол.

Важно следить за тем, чтобы поясница и таз создавали одну прямую линию. Для упрощения следует поддерживать поясницу руками. И др.

Тема 2.2. Мышечная память и освобождение мышц

Практика (6 часов).

Выполнение упражнений на произвольное расслабление и напряжение отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях. Выработка волевого и

подсознательного контроля; ощущение центра тяжести; тренировка вестибулярного аппарата.

Тема 2.3. Способы развития фантазии.

Практика (6 часов).

Упражнения на развитие фантазии. Введение начального понимания предлагаемых обстоятельств («Если бы...»).

Тема 2.4. Способы развития воображения.

Практика (6 часов).

Упражнения на развитие воображения. Работа с предлагаемыми обстоятельствами

- Сесть на лавочку в людном месте и наблюдать за прохожими: выбрав одного человека, рассмотреть его внешний вид и манеру поведения, затем придумать ему имя, род занятий, пофантазировать о его жизни.
- Взять текст и прочитать его по-разному: громко, шепотом, медленно. Затем прочитать текст от имени ребенка, старичка, инопланетянина, заикающегося человека, какого-либо животного.
- Взять на руки воображаемое животное, попытаться погладить его, удержать на руках. По характеру движений (животное маленькое или большое, выскальзывает из рук, убегает, кусает и т.д.) партнеры или зрители должны угадать, что это за животное.
- Попробовать перевоплотиться в знаменитость, ребенка, представителя какой-либо профессии, животное. Нужно совершать действия, которые характерны для объекта копирования. Зрители должны угадать предмет перевоплощения.
- Прочитать отрывок из книги, в котором разворачивается событие с участием нескольких персонажей. Закрыть глаза и представить, как будто все происходит на самом деле, стать участником этих событий. В своем воображении нужно нарисовать обстановку, одежду персонажей, попробовать «услышать» их голоса, отметить манеру поведения каждого, прочувствовать их мысли и ощущения и др.

Раздел 3. Актерское мастерство (60 часов)

Тема 3.1. Психофизический тренинг.

Практика (6 часов).

Тренинг на изучение элементов актёрского мастерства: внимание, эмоциональную память, приспособление.

Тема 3.2. Актерская терапия.

Практика (6 часов).

"Терапия" включает в себя комплекс упражнений, направленных на снятие психофизических блоков, "лечит" организм от психических зажимов, снятие усталости, обретение чувства баланса и уверенности.

Комплекс №1.

1. Дышите глубже. Пара глубоких вздохов может сотворить чудо.
2. Выполняйте физические упражнения. Это лучший способ для того, чтобы снять любые физические и психологические зажимы.

Комплекс №2. «Поза отдыха» (расслабление):

1. Сбросить тело вниз, при наклоне - плечи, руки, шея свободны;
2. Стоя - поникшая голова, плечи опущены (поза усталости);
3. Развалиться, раскинуться на стуле, откинув голову, рот открыт;
4. Сидя свесить голову вниз, руки мягко лежат на коленях;
5. Лежа на спине, расслабиться, поверить в свободу плеч, шеи рук, ног.
6. Стоя, голову мягко откинуть назад, рот полуоткрыт.
7. Отстукивание ритма ногой по полу, хлопки (помогает для концентрации внимания).
8. Прыжки на правой ноге. Данное упражнение хорошо стимулирует работу левого полушария мозга, которое отвечает за логику, речь и память.

Выполнение упражнений по снятию психических и физических зажимов»

Упражнение 1 «Пальма»

Обучающиеся должны встать прямо и сосредоточить свое внимание на левой руке, напрягая ее до возможного предела. Через несколько секунд нужно сбросить напряжение, а руку расслабить. Аналогичные упражнения нужно

Упражнение 2 «Зажимы по кругу»

Участники идут по кругу и по команде педагога напрягают правую руку, правую ногу, левую руку, левую ногу, поясницу, обе ноги, все тело. Напряжение в заданном участке тела должно быть сначала слабым и постепенно нарастать до предела. В состоянии предельного напряжения участники должны идти 15-20 секунд, потом по команде педагога нужно полностью сбросить напряжение, то есть расслабить напряженный участок тела целиком.

Упражнение 3 «Центр тяжести»

Для выполнения следующего упражнения попробуйте определить, где у вас находится центр тяжести. Подвигайтесь, попрыгайте, поползайте, встаньте, сядьте. Потом представьте, что вы стали кошкой. Теперь вам надо найти центр тяжести тела кошки, то есть подвигаться как кошка. Где чувствуется центр тяжести кошки? А в каком месте находится центр тяжести птички, прыгающей по земле? Побудьте птичкой. Затем изобразите любых других животных. Затем представьте себя маленьким ребенком, копируйте его движения, но при этом не следует сковывать свои движения. Маленькие дети и животные являются самым лучшим примером отсутствия мышечных зажимов. Постарайтесь запомнить свои ощущения и чувство легкости, во время отсутствия зажимов.

Упражнение 6 «Замри в позу»

Начинайте спокойно прохаживаться по комнате. По сигналу надо бросить тело в неожиданную для вас позу и замереть в ней на какое-то время. Затем отомрите и продолжайте действие из вашей позы. Ищите те действия, которые соответствуют именно тому положению вашего тела, в котором вы замерли, только этому положению и никакому другому. Попробуйте понять, что вы делаете, почему выбрали то или иное действие и др.

Тема 3.3. Внимание

Практика (6 часов)

Тренинг: «Сценическое внимание».

Развитие разных видов *сенсорного внимания*

- Включите любимую передачу, фильм, выступление. Внимательно следите за движениями героя и повторяйте их. Но делать это нужно в зеркальном отражении: когда у актера поднята правая рука, вы поднимаете левую, когда он склоняет голову налево, вы повторяете направо.
- Придя в парк или кафе, наблюдайте за случайными прохожими или другими посетителями. Бросьте быстрый взгляд на любого из них и закройте глаза. У вас в памяти остался образ, первое впечатление. Постарайтесь его «оживить». Куда идет этот человек? Кого он ждет? Какая музыка играет в его наушниках? Он пишет сообщение или читает новости со своего телефона?
- Включите любимую музыку. При прослушивании старайтесь определять партии различных инструментов, особенности их звучания, смены.
- Сидя в помещении, откройте окно и по доносящимся звукам составьте в воображении картину происходящего. Если вы на работе, не отвлекайтесь на шум офиса. Закройте окно. Прислушиваясь к звукам, которыми наполнен кабинет, или которые доносятся из коридора, также представьте происходящее.
- Попросите кого-нибудь спрятать под скатерть стола различные небольшие предметы – ключ, мелочь, исписавшийся карандаш и т. д. Ваша задача: на ощупь определить, что именно находится под скатертью.
- Всегда и везде старайтесь чувствовать разные запахи. Не только духи прохожих или горячую выпечку в магазине, но и «особенные» запахи: весны, приближающейся грозы и дождя, сырости подвала, лиственного леса, скошенной травы.
- Уделяйте окружающим вас запахам чуть более внимания, чем всегда. Анализируйте их, представляйте, как и откуда они распространяются, что служит их источником. Сосредоточьтесь на всех ощущениях, которые они у вас вызывают: аппетит, раздражение, отвращение.

Зрительное внимание и память хорошо развивают специальные игры:

Развитие многоплоскостного внимания

- Возьмите два многозначных числа (например, 937 и 16 или 525 и 43) и постарайтесь устно их умножить. Но это не главная сложность. Считая в уме, вы должны параллельно на листе бумаги записывать выученный когда-то стих. Вариацией может быть счёт на бумаге и одновременное прочтение стиха вслух.
- Более сложное упражнение. Производя вычисления в уме или на бумаге, переписывайте или читайте сложный текст, например, из медицинского справочника. Утруднить задачу можно, если использовать для переписывания текст на абсолютно незнакомом языке. В случае и с первым, и со вторым упражнением дополнительно разнообразить и усложнить выполнение поможет включенное радио или музыкальный канал.
- Упражнения и тренинг на развитие сценического внимания. «Мяч в мяч», «Геометрические фигуры», «Музыкальная пауза», «Мячик и число», «Светофор», «Теплоходы» и др.

Тема 3.4.Перемена отношения

Практика (6 часов)

Перемена сценического отношения – путь к созданию образа. Выполнение упражнений.

- «Шкатулка». Участники стоят в круге лицом к центру, руководитель – в центре круга.

Участники передают друг другу предмет, а руководитель диктует, какой предмет очередной

участник принимает: шкатулка, жаба, драгоценное ожерелье, змея и т.д.

- «Где я?» Участники тащат из шапки

листочки с написанными местами действия

(гора, лес, пляж, детская площадка, гараж, пещера и т.д.). Затем каждый по очереди делает себе на сценической площадке подходящую ему выгородку из подручных средств (ширм, кубов, скамеек, стульев) и играет, как будто он впервые оказался в этом месте. Остальные угадывают — где он. От того, насколько подробно участник существует, зависит, насколько легко остальные догадаются о его месте действия и др.

- Упражнения на изменение актерского отношения к предмету «В круге», месту действия «Где я?»

Тема 3.5. Физическое самочувствие актёра

Практика (6 часов).

Упражнения на тренировку памяти кожных и внутренностных ощущений. Болел зуб, есть лимон, порезать руку, в глаз попала соринка. «Разная голова», «Фантастический переход», «Повар-поварята», «Это не книга», «Конвейер». Выполнение упражнений, которые тренируют память кожных и внутренностных (интероцептивных) ощущений и определяют физическое самочувствие человека:

Тема 3.6. Актерская специфика: правдиво жить под воображаемыми обстоятельствами

Практика (6 часов).

Тренинг на овладение основными элементами сценического действия по системе Станиславского: освобождение мышц, внимание, эмоциональная память, память физических действий, развитие актёрской смелости и непосредственности, общение, темпоритм, сценическая вера.

Тема 3.7. Предлагаемые обстоятельства.

Практика (6 часов).

Игры, тренинги, упражнения, этюды на освоение элементов актёрского мастерства. Использование всех изученных элементов в выполнении простого сценического действия.

Упражнение 1.

Педагог задаёт место действия и ситуацию. По команде меняет место действия, ситуация остается прежней.

Ситуация: Очень голодный, ем вкусную булочку.

Место действия:

- в столовой;
- дома;
- в кинотеатре;
- на уроке;

Упражнение 2.

«Оправдание позы». Попрошу вас встать в круг и начать двигаться по кругу. По моему хлопку каждый должен бросить свое тело в неожиданную для себя позу. Я буду включать шумы, а вы должны подобрать объяснение своей позе. «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».

Включаются шумы:

- леса;
- моря;
- улица;
- вокзала.

Упражнение 3.

«Отгадай, где я». Каждый из вас попытается своим психофизическим состоянием передать нам, где он находится, но при этом нельзя воспроизводить никаких звуков:

- хоккейный матч;
- в зоопарке;
- в кинотеатре смотрит страшный фильм;
- в цирке;
- в картинной галереи;
- на празднике смотрит салют;
- в парке кормит птиц;
- дома читает грустную новость в письме;
- в машине слушает ритмичную музыку;
- дома готовит и режет лук;
- в больнице сидит в очереди к зубному врачу;
- в кафе пьете чай и обжигаетесь.

Упражнение 4.

«Оправдание позы 2». По моему знаку вы принимаете произвольную позу. Затем поза оправдывается. Вы рассказываете о тех предлагаемых обстоятельствах, которыми окружено ваше действие. (Например, по знаку преподавателя принял позу – вытянул вперед руку. Оправдал тем, что хочу позвонить в звонок своей квартиры. Затем, не меняя позы, создать обстоятельства, с которыми может быть связано это действие: вернулся из летнего лагеря, звоню, никто не отвечает – значит, родители на даче. Как же попасть домой? Решаю зайти к другу, который живет в этом же доме).

- поднять руку;
- наклониться вниз;

- присесть на стул.

Упражнение 5.

Сейчас один из вас выбирает себе предлагаемые обстоятельства и начинает в них действовать, остальные должны пристроиться к этим обстоятельствам, но каждый со своей оценкой:

- порезал ногу;
- шел и разбил вазу;
- потерял кошелек;
- попросил прохожих помочь выбрать подарок;
- заблудился.

Упражнение 6.

«Лифт». Вы по очереди заходите в лифт, который находится в торговом центре. Но для начала каждый из вас выберет себе предлагаемые обстоятельства.

- опаздывает;
- боится замкнутого пространства;
- чем-то расстроенный;
- в хорошем настроении;
- в руках торт;
- простывший;
- голодный;
- в наушниках слушает ритмичную музыку;
- готовится к деловой встречи;
- идет на свидание;
- что-то потерял в лифте;
- в первый раз в лифте и др.

Тиме 3.8. Оценка факта

Практика (6 часов)

Выполнение упражнений на оценку факта. Театральные зарисовки на темы: в парах «Ожидание», по одному «Письмо».

Тема 3.9. Сценическое общение

Практика (6 часов)

Упражнения и театральные зарисовки на сценическое общение с партнером. Темы: «На экзамене», «В библиотеке», «Сора в лагере», «Новый финал» (несколько групп придумывают и показывают другой финал у какого-то известного события или произведения).

Тема 3.10. Конфликт

Практика (6 часов)

Театральные зарисовки на разницу задач с самим собой (внутри личностный конфликт), с партнером (межличностный), в группе (межгрупповой).

Раздел 4. Работа над этюдами или миниатюрами (48 часов)

Тема 4.1. Основные навыки работы над этюдами, миниатюрами

Теория (1 час).

Разбор основных этапов работы над этюдом по плану на основе литературы или отрывка из пьесы.

Практика (4 часа).

Выполнение упражнений на создание микро этапов в этюдах по плану. Введение в этюды реквизита, декораций, светового, музыкального оформления.

Тема 4.2. Создание и разбор этюдов

Практика (5 часов).

Разбор произведения. Сочинение этюдов. Идейно-тематический анализ этюда.

Тема 4.3. Бессловесные этюды. Этюды на рождение слова.

Практика (6 часов).

Одиночные этюды на зону молчания. Темы: «Не могу решить задачу!», «Объяснительная записка», «Сказать или не сказать?». И этюды на рождение слова: «Не хочу!», «Прости», «Надоело».

Тема 4.4. Этюды-наблюдения.

Практика (6 часов).

Создание этюдов-наблюдений за людьми (в парке, на остановке, в кафе, магазине…) и пародии: «Мой любимый артист», «Пародии друг на друга»

Тема 4.5. Этюды на событие и достижение цели.

Практика (6 часов).

Этюды на тему: «Находка», «Впевые в жизни», «Записка», «Сломал!?»

Тема 4.6.Работа над этюдами и их разбор

Практика (6 часов).

Создание характеристики действующих лиц, определение сценических задач и др.

Тема 4.7. Начальные репетиции

Практика (6 часов).

Выполнение заданий:

- репетиции по эпизодам;
- работа с гримом;
- подготовка костюмов;
- подготовка декораций и реквизита;

Тема 4.8. Репетиционная работа

Практика (6 часов).

- прогонные репетиции;
- монтировочные репетиции;
- генеральные репетиции.

Тема 4.9. Показ этюдов. Текущий контроль.

Практика (2 час).

Показ этюдов зрителям. Текущий контроль.

Раздел 5. Работа над художественным произведением (18 часов)

Тема 5.1. Выбор матернала

Теория 6 (часов).

Первичное целостное восприятие; ознакомление учащихся с конкретным содержанием произведения, его сюжетной линией на основе целостного восприятия текста. Выяснение эмоционального воздействия произведения.

Тема 5.2. Идейно-тематический анализ материала

Теория (6 часа).

Анализ (установление причинно-следственных связей в развитии сюжета; выяснение мотивов поведения действующих лиц и их ведущих черт (почему так поступили и как это их характеризует), раскрытие композиции произведения (завязка действия, момент наивысшего напряжения, развязка), анализ изобразительных средств в единстве с раскрытием конкретного содержания и оценкой мотивов поведения героев (что изобразил автор и как, почему выбрал те или иные факты) и т. п.

Тема 5.3. Идейно-художественный анализ произведения

Теория (6 часов).

Содержание работы: обобщение существенных черт действующих лиц, сопоставление героев и их оценка, выяснение идейной направленности произведения, оценка художественного произведения как источника познания окружающей действительности и как произведения искусства (что узнали нового, чему учит произведение, как автору удалось так ярко и увлекательно передать читателю свои мысли и чувства и т. п.). Составление плана художественного произведения. Виды плана (план рассказа о герое, план работы над лирическим стихотворением, сказки, басни). Пересказ и его виды (близкий к тексту, образца, подробный пересказ, сжатый, краткий пересказ, выборочный пересказ, пересказ с творческими дополнениями и изменениями).

Раздел 6. Проектирование постановки. (32 часа)

Тема 6.1.Разработка сценария

Теория (3 часа)

Этапы разработки сценария. Алгоритм написания сценария.

Практика (3 часа).

Изучение литературного материала, идейно-тематический анализ текста.

Тема 6.2. Проектирование сценария

Теория (3 часа).

Структура сценария. Типы структуры сценарий.

Практика (3 часов).

Разработка сценария. Определение темы и основной мысли постановки.

Тема 6.2. Проектирование сценария

Практика (5 часов).

Разработка сценария. Определение темы и основной мысли постановки.

Тема 6.3. Работа над показом

Практика (6 часов).

Репетиционная деятельность.

Тема 6.4. Театральный реквизит

Практика (6 часов).

Подготовка костюмов; подготовка декораций и реквизита.

Тема 6.5. Показ. Текущий контроль

Практика (6 часов).

Прогоны постановки в декорации и костюмах, соединение с музыкой, светом и пластическими номерами (танцами).Показ. Рефлексия. Текущий контроль.

Тема 6.6. «Мой выбор». Профессия «актёр»

Теория (2 часа).

Просмотр видеоматериала по теме.

Раздел 7. Репетиционная работа (34 часа)

Тема 7.1. Персонажный тренинг

Практика (6 часов).

Упражнения на создание образа героя по школе К. С. Станиславского и М. А. Чехова. Система переживания.

Тема 7.2. Мизансцена как средство выразительности

Практика (4 часа)

Основы мизансценирования. Постановка мизансцен.

Тема 7.3. Создание образа героя

Практика (4 часа).

Упражнения на создание образа героя по школе М. А. Чехова. «От внешнего к внутреннему».

Тема 7.4. Мой герой в спектакле

Практика (4 часа).

Этюды на создание образа героя в предлагаемых обстоятельствах.

Тема 7.5. Постановка мизансцен

Практика (4 часа).

Работа по расположению юных актеров на сцене в разные моменты спектакля.

Тема 7.6. Декорации в театральной постановке

Практика (4 часа).

Репетиции в установленных декорациях.

Тема 7.7. Репетиционная работа

Практика (4 часа).

Репетиционная работа. Подготовка к показу спектакля.

Тема 7.8. Итоговое занятие. Показ спектакля. Промежуточная аттестация

Практика (2 часа).

Итоговое занятие. Показ спектакля.

Раздел 3. Воспитательная деятельность

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных

ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и право- порядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по ДООП «Театральная студия» являются:
- формирование основ социального взаимодействия;
-формирование потребности в постоянном поиске форм творческого самовыражения на основе полученных ценностных ориентаций.

Основные целевые ориентиры определяются на основе российских базовых конституционных ценностей с учётом целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях, что обеспечивает единство содержания воспитания, воспитательной деятельности, воспитательного пространства во всех образовательных организациях, в которых обучаются дети.

Основные целевые ориентиры воспитания детей ДООП «Театральная студия»:
- формирование у обучающимися российской гражданской принадлежности (идентичности);
- воспитание уважения к истории и культуре своего народа, его духовно - нравственным ценностям;
- уважения к художественной культуре народов России, мировому искусству, культурному наследию;
- осознание ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья (своего и других людей), соблюдение правил личной и общественной безопасности, в том числе в информационной среде;
- ориентация на осознанный выбор сферы профессиональных интересов, профессиональной деятельности в российском обществе с учётом личных жизненных планов, потребностей семьи, общества;
- развитие личностного отношения к занятиям театром, в том числе развитие творческого самовыражения в театральных постановках;
- осознание опыта художественного творчества как социально значимой деятельности;
- формирование навыков эффективной коммуникации.

3.2. Формы и методы воспитания

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основными формами воспитания по методу воздействия в ДООП «Театральная студия» являются:
- получение информации об искусстве театра, о традициях народного творчества, об исторических событиях; изучение биографий деятелей российской и мировой культуры и т. д. как источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения (важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.):
- практические занятия детей (репетиции, подготовка к конкурсам) способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых участвуют обучающиеся, к членам своего коллектива;
- участие в воспитательных мероприятиях коллектива/объединения, где проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи;
- участие в театральной постановочной деятельности способствует закреплению ситуации успеха, развитию рефлексивных и коммуникативных умений, ответственности, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

В воспитательной деятельности с обучающимися по ДООП «Театральная студия» используются следующие методы воспитания:
- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение);
- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
-методы стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
-методы самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.3. Условия осуществления воспитательного процесса, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы и после её завершения.

Анализ результатов воспитания по программе (Приложение 3) предусматривает не определение персонифицированного уровня воспитанности, развитии качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижении в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, о влиянии воспитательных мероприятий в рамках реализации программы на коллектив обучающихся.

3.4. Календарный план воспитательной работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Театральная студия»

№ п/п	Название мероприятия, события	Цель мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	«Мой Дворец»	Знакомство с историей и традициями Дворца, посещение музея истории Дворца. Экскурсия по Дворцу.	Сентябрь	https://vk.com/brightfuturechildren
2	«День рождения студийца»	Создание благоприятного психологического климата в коллективе.	В течение года	https://vk.com/brightfuturechildren
3	«Новый Год»	Создание условий для развития у обучающихся творческих способностей. Формирование благоприятной атмосферы в коллективе.	Декабрь	https://vk.com/brightfuturechildren
	Участие в церемонии вручения народной	Воспитание чувства патриотизма, любви к истории родного	Январь	https://vk.com/brightfuturechildren

	«Премии Светлое прошлое»	края и уважения к людям, прославившим его трудовыми подвигами.		
	Литературный вечер	Познакомить ребят с творчеством Олега Митяева; побудить познавательный интерес к поэзии	Февраль	https://vk.com/brightfuturechildren
	Посещение спектаклей в профессиональных театрах	Профориентационная работа. Рефлексия.	2 раза в год	https://vk.com/brightfuturechildren
	«День студийца»	Подведение итогов учебного года. Рефлексия.	Июнь	https://vk.com/brightfuturechildren
	Участие во Всероссийском Ильменском фестивале авторской песни	Сохранение традиций авторской песни как явления в русской культуре; популяризация русского языка через поэзию; мотивация к личностному росту.	Июнь	https://vk.com/brightfuturechildren

Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы

Образовательный модуль «Театральная студия. Сценическая подготовка»

Обучающиеся показывают этюды. Педагог оценивает выступление в соответствии с критериями.

Текущий контроль

Форма контроля	Уровень освоения материала	Зачетные требования
наблюдение	низкий	-исполнение с большим количеством недостатков; -плохо воспринимает замечания и рекомендации преподавателя; -слабое умение сосредоточиться на воплощении представляемого персонажа; - слабое взаимодействие с партнёром; - несамостоятелен в подготовке к выступлению.
	средний	- грамотное исполнение с небольшими недочетами; - воспринимает замечания и рекомендации преподавателя;

		- умение сосредоточиться на воплощении представляемого персонажа; - воспитано взаимодействие с партнёром; - частично самостоятелен в подготовке к выступлению.
	высокий	-качественное, осмысленное исполнение упражнений и освоение сценических навыков; воспринимает замечания и рекомендации преподавателя и точно их выполняет -всегда сосредоточен на воплощении представляемого персонажа; - выражена способность создать образ; - хорошо воспитано взаимодействие с партнёром; - самостоятелен в подготовке к выступлению.
этюд	низкий	-слабое выполнение упражнений тренинга на актёрское внимание, воображение, фантазию; - потеря внимания на площадке, рассеянность; -допускает множество ошибок при работе на площадке, неточен в понимании и исправлении этих ошибок.
	средний	- маловыразительное воплощение художественного образа; - частое отсутствие реакции на замечания педагога; - часто отсутствие реакции на перемену настроения партнера; - говорит тихо, немоционально.
	высокий	- в полном объеме выполняет все упражнения тренинга на актёрское внимание, воображение, фантазию; - выразительное воплощение художественного образа; - фантазия и воображение неплохо развиты; -может говорить громко и эмоционально.

Промежуточная аттестация

Обучающиеся исполняют роли в спектакле. Педагог оценивает выступление в соответствии с критериями.

Форма контроля	Уровень освоение материала	Зачетные требования
спектакль	низкий	- потеря внимания на сцене, рассеянность; -допускает множество ошибок при работе на сцене; -неточен в понимании и исправлении этих ошибок.
	средний	-маловыразительное воплощение художественного образа; -часто отсутствие реакции на замечания педагога; -часто отсутствие реакции на перемену настроения партнера; - говорит тихо, немоционально.
	высокий	- яркое воплощение художественного образа; - фантазия и воображение хорошо развиты; - может говорить громко и эмоционально.

Образовательный модуль «Театральная студия. Мастерство актёра»

Текущий контроль

Обучающиеся показывают этюды. Педагог оценивает выступление в соответствии с критериями.

Форма контроля	Уровень освоения материала	Зачетные требования
этюд	низкий	- в исполнении роли показывает знания и усвоения материала на уровне минимальных требований; - исполняет свою роль в этюде, но есть затруднения; - незначительное несоблюдение основных правил.
	средний	- грамотное исполнение роли в этюде с небольшими недочетами; - соблюдения основных правил актерской техники; - видимый прогресс в достижении поставленных задач, но пока не реализованных в полной мере.
	высокий	- качественное, осмысленное исполнение роли в этюде - освоение сценических навыков; -взаимодействие не только с участниками постановки, но и со зрительным залом.
наблюдение	низкий	- имеет понимание актёрской задачи; -плохо знает актёрскую терминологию (действие, внутренний монолог, сценический образ, импровизация); -есть навык репетиционной работы, но несамостоятелен в работе над образом.
	средний	- понимает актёрские задачи; -знает актёрскую терминологию (действие, внутренний монолог, сценический образ, импровизация); - хороший навык репетиционной работы и работы в коллективе, но несамостоятелен в работе над образом.
	высокий	-знает и понимает актёрские задачи; -знает актёрскую терминологию (действие, внутренний монолог, сценический образ, импровизация); - отличный навык репетиционной работы и работы в коллективе, частично самостоятелен в работе над образом.

Промежуточная аттестация

Обучающиеся исполняют роли в спектакле. Педагог оценивает выступление в соответствии с критериями.

Форма	Уровень	Зачетные требования

контроля	освоение материала	
спектакль	низкий	- потеря внимания на сцене, рассеянность; -допускает множество ошибок при работе на сцене, неточен в понимании и исправлении этих ошибок.
	средний	-маловыразительное воплощение художественного образа; -часто отсутствие реакции на замечания педагога, часто отсутствие реакции на перемену настроения партнера; - говорит тихо, незмоционально.
	высокий	- яркое воплощение художественного образа; - фантазия и воображение хорошо развиты; - может говорить громко и эмоционально.

Образовательный модуль «Театральная студия. Мастерство актёра. 2.0»

Текущий контроль
Обучающиеся показывают этюды. Педагог оценивает выступление в соответствии с критериями.

Форма контроля	Уровень освоения материала	Зачетные требования
этюд	низкий	- в исполнении роли показывает знания и усвоения материала на уровне минимальных требований; - исполняет свою роль в этюде, но есть затруднения; - незначительное несоблюдение основных правил.
	средний	- грамотное исполнение роли в этюде с небольшими недочетами; - соблюдения основных правил актерской техники; - видимый прогресс в достижении поставленных задач, но пока не реализованных в полной мере.
	высокий	- качественное, осмысленное исполнение роли в этюде - освоение сценических навыков; -взаимодействие не только с участниками постановки, но и со зрительным залом.
наблюдение	низкий	- имеет понимание актёрской задачи; -плохо знает актёрскую терминологию (действие, внутренний монолог, сценический образ, импровизация); -есть навык репетиционной работы, но несамостоятелен в работе над образом.
	средний	- понимает актёрские задачи; -знает актёрскую терминологию (действие, внутренний монолог, сценический образ, импровизация); - хороший навык репетиционной работы и работы в коллективе, но несамостоятелен в работе над образом.
	высокий	-знает и понимает актёрские задачи; -знает актёрскую терминологию (действие, внутренний монолог, сценический образ, импровизация); - отличный навык репетиционной работы и работы в коллективе, частично самостоятелен в работе над образом.

Промежуточная аттестация
Обучающиеся исполняют роли в спектакле. Педагог оценивает выступление в соответствии с критериями.

Форма контроля	Уровень освоение материала	Зачетные требования
спектакль	низкий	- потеря внимания на сцене, рассеянность; -допускает множество ошибок при работе на сцене, неточен в понимании и исправлении этих ошибок.
	средний	-маловыразительное воплощение художественного образа; -часто отсутствие реакции на замечания педагога, часто отсутствие реакции на перемену настроения партнера; - говорит тихо, незмоционально.
	высокий	- яркое воплощение художественного образа; - фантазия и воображение хорошо развиты; - может говорить громко и эмоционально.

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» оцениваются по карте педагогического наблюдения (приложение 3).

Личностные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» оцениваются специально подобранным психологическим инструментарием (приложение 3).

Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия»

5.1 Методические материалы

Форма обучения – очная; с применением дистанционных образовательных технологий

Основные формы учебных занятий:
1. Беседа – диалогический метод обучения, при котором преподаватель путем постановки тщательно продуманной системы вопросов подводит обучающихся к пониманию нового материала или проверяет усвоение уже изученного.
2. Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения.
3. Репетиция (от лат. repetitio — повторение) — тренировка театрального или иного (например, музыкального, хореографического) представления, как правило, без зрителей. Осуществляется для того, чтобы отточить профессиональные навыки или лучше подготовиться непосредственно к публичному выступлению.
4. Концерт - разновидность обобщающего занятия. Цель его - наглядно продемонстрировать уровень музыкальной (хореографической) культуры обучающихся, достигнутый в течение учебного года.
5. Спектакль (фр. spectacle, из лат. spectaculum «зрелище») — театральное зрелище, представление, произведение театрального, сценического искусства.

Методы обучения: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный

Форма организации образовательного процесса: групповая

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, здоровьесберегающие технологии и др.

Список литературы

Литература для педагогов:

1. Венецианова, М.А. Актерский тренинг. Мастерство актера в терминах Станиславского / М.А. Венецианова. – Москва: АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства) – 512 с.
2. Гиппиус, С.В., Актерский тренинг. Гимнастика чувств / С. В. Гиппиус. – Москва АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства) – 378 с.
3. Жабровец, М.В., Тренинг фантазии и воображения: методическое пособие / М.В. Жабровец. – Тюмень: РИЦ ТГАКИ, 2008 – 20 с.

4. Кипнис, М., Актерский тренинг. Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером / М. Кипнис. – Москва: АСТ, 2010. – /Золотой фонд актерского мастерства/ – 249 с.
5. Лоза, О. Актерский тренинг по системе Станиславского. Упражнения и этюды / О. Лоза. – Москва: АСТ, 2009. – (Золотой фонд актерского мастерства) – 192 с.
6. Полищук, В. Актерский тренинг. Книга актерского мастерства. Всеволод Мейерхольд / Вера Полищук. – Москва: АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства) – 224 с.
7. Сарабьян, Э. Актерский тренинг по системе Георгия Товстоногова / Эльвира Сарабьян. – Москва: АСТ, 2010. – Золотой фонд актерского мастерства – 160 с.
8. Сарабьян, Э. Актерский тренинг по системе Станиславского. Речь. Слова. Голос / Эльвира Сарабьян. – Москва: АСТ, 2010. – Золотой фонд актерского мастерства – 160 с.

Литература для обучающихся:

1. Захава, Б.Е. Мастерство актера и режиссера: учеб. пособие / Б. Е. Захава. – 5-е изд. – Москва: РАТИ–ГИТИС, 2008 – 432с.
2. Пави, П. Словарь театра / П. Пави; пер. с фр.; под ред. Л. Баженовой. — Москва: ГИТИС, 2003 - 504с.
3. Сарабьян, Э. Актерский тренинг по системе Георгия Товстоногова / Эльвира Сарабьян. – Москва: АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства) – 160с.
4. Сарабьян, Э. Актерский тренинг по системе Станиславского. Речь. Слова. Голос / Эльвира Сарабьян. – Москва: АСТ, 2010. – (Золотой фонд актерского мастерства) – 160 с.

Интернет - источники:

1. http://deti-online.com
2. https://rustih.ru
3. http://dramateshka.ru/
4. https://biletsofit.ru/blog/tanec-i-plastika-v-dramaticheskom-spektakle

5.2.Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса по дополнительной образовательной программе «Театральная студия»

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
	I. Печатные пособия	
1.	Карточки с иллюстрациями	1 комплект
	II. Технические средства обучения	
1.	ноутбук (рабочее место педагога)	1

2.	принтер лазерный ч\б	1
3.	мобильное устройство для хранения информации (флеш-память)	1
4.	Магнитофон с CD-устройством и USB-устройством	1
5.	телевизор	1
III.	Информационно-коммуникационные средства *(программные средства)*	
1.	операционная система	
2.	антивирусная программа	
3.	программа-архиватор 7-Zip	
4.	программа для записи CD и DVD дисков	
5.	мультимедиа проигрыватель, входящий в состав операционной системы	
IV.	Учебно-практическое (учебно-лабораторное, специальное, спортивный инвентарь, инструменты и т.п.) оборудование	
1.	Театральный реквизит	
V.	Мебель	
1.	стол	1
2.	компьютерный стол	1
3	стулья	20
	VI.	
	VII. Дидактические материалы	
1.	наглядно-иллюстрационный материал	+

Приложение 1

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театральная студия» на 2026/2027 учебный год



Приложение 2

Карточка ДОП для публикации в АИС «Навигатор дополнительного образования Челябинской области»

наименование	содержание
название ДООП/модуля	«Театральная студия. Сценическая подготовка»
краткое название ДООП/модуля	«Театральная студия. Сценическая подготовка»
направленность программы	художественная
краткое описание	В рамках модуля «Сценическая подготовка» обучающиеся познакомятся с искусством театра, получат необходимую теоретическую подготовку, приобретут навыки исполнительства, примут участие в театральных постановках Детской студии Олега Митяева «Светлое будущее».
содержание программы учебного плана	Раздел 1. Введение Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности Раздел 2. Актёрская техника Произвольное и непроизвольное внимание Элементы актёрской техники: воображение и фантазия Предлагаемые обстоятельства Сценическая вера Взаимодействие с партнёром. Текущий контроль Раздел 3. Театр - синтез искусств Живопись и архитектура в сценографии спектакля. Музыка в спектакле Костюмы в спектакле Танец и пластика в спектакле Раздел 4. Репетиционно - постановочная работа Этюдная работа. Текущий контроль Работа над характером персонажа Работа над пластикой персонажа Композиционное построение мизансцен Корректировка мизансцен Моя роль «Профессия «Актёр». Уникальность профессии. Описание деятельности» Итоговое занятие. «Сценическая подготовка». Промежуточная аттестация
ключевые слова для поиска программы	театральная студия, этюд, сценическая подготовка
цель и задачи	Развитие творческих способностей обучающихся посредством приобщения к театральному искусству.
результат	У обучающихся воспитана сценическая культура, сформированы навыки актёрской игры в соответствии с заданными сценическим и обстоятельствами; приобретён опыт выступления на сцене.
материальная база	Учебный кабинет, оборудованный для занятий сценической подготовкой, театральный реквизит, звуковоспроизводящая аппаратура, методические сборники
требования к состоянию здоровью	нет
наличие медицинской справки для зачисления	нет
возрастной диапазон	10-18 лет
число учащихся в группе	12-15
способ оплаты	бюджет
продолжительность	1 год
общее количество и количество часов в неделю	74/2

наименование	содержание
название ДООП/модуля	«Театральная студия. Мастерство актёра»
краткое название ДООП/модуля	«Театральная студия. Мастерство актёра»
направленность программы	художественная
краткое описание	В рамках модуля «Мастерство актёра» обучающиеся познакомятся с искусством театра, освоят основы актёрского мастерства, приобретут навыки исполнительства, примут участие в театральных постановках Детской студии Олега Митяева «Светлое будущее».
содержание программы учебного плана	Раздел 1. Введение Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности Раздел 2. Тренинг развивающий Упражнения на пассивную и активную гибкость Мышечная память и освобождение мышц Способы развития фантазии и воображения Раздел 3. Актерское мастерство Актерская терапия (психофизический тренинг) Актерская специфика: правдиво жить под воображаемыми обстоятельствами Раздел 4. Работа над этюдами или миниатюрами Основные навыки работы над этюдами, миниатюрами Создание и разбор этюдов Репетиции Показ этюдов. Текущий контроль Раздел 5. Работа над художественным произведением Выбор материала Идейно-тематический разбор материала Работа над художественным материалом Раздел 6. Разработка и проектирование сценария Разработка и проектирование сценария

	Работа над показом. Текущий контроль «Мой выбор». Профессия «актёр» Раздел 7. Особенности работы над спектаклем Персонажный тренинг Постановка мизансцен Подготовка к выступлению перед зрителем Итоговое занятие. Показ спектакля. Промежуточная аттестация
ключевые слова для поиска программы	театральная студия, этюд, актёрское мастерство
цель и задачи	Развитие творческих способностей обучающихся посредством приобщения к театральному искусству.
результат	У обучающихся воспитана сценическая культура, сформированы навыки актёрской игры в соответствии с заданными сценическим и обстоятельствами; приобретён опыт выступления на сцене.
материальная база	Учебный кабинет, оборудованный для занятий сценической подготовкой, театральный реквизит, звуковоспроизводящая аппаратура, методические сборники.
требования к состоянию здоровью	нет
наличие медицинской справки для зачисления	нет
возрастной диапазон	10-18 лет
число учащихся в группе	12-15
способ оплаты	бюджет
продолжительность	1 год
общее количество и количество часов в неделю	148/4

наименование	содержание
название ДООП/модуля	Театральная студия. Мастерство актёра. 2.0»
краткое название ДООП/модуля	Театральная студия. Мастерство актёра . 2.0»
направленность программы	художественная
краткое описание	В рамках модуля «Мастерство актёра.2.0» обучающиеся познакомятся с искусством театра, освоят основы актёрского мастерства, приобретут навыки исполнительства, примут участие в театральных постановках Детской студии Олега Митяева «Светлое будущее».
содержание программы учебного плана	Раздел 1. Введение Введение в программу. «Мой Дворец». Инструктаж по технике безопасности Сценическое пространство. Раздел 2. Тренинг развивающий Упражнения на пассивную и активную гибкость Мышечная память и освобождение мышц Способы развития фантазии Способы развития воображения

	Раздел 3. Актерское мастерство Психофизический тренинг Актерская терапия Внимание Перемена отношения Физическое самочувствие актера Актерская специфика: правдиво жить под воображаемыми обстоятельствами Предлагаемые обстоятельства Оценка факта Сценическое общение Конфликт. Раздел 4. Работа над этюдами или миниатюрами Основные навыки работы над этюдами, миниатюрами Создание и разбор этюдов Бессловесные этюды и на рождение слова Этюды-наблюдения Этюды на событие и достижение цели Работа над этюдами и их разбор. Начальные репетиции Репетиционная работа Показ этюдов. Текущий контроль. Раздел 5. Работа над художественным произведением Выбор материала Идейно-тематический анализ материала Идейно-художественный анализ произведения Раздел 6. Проектирование постановки Разработка сценария Проектирование сценария Работа над показом Театральный реквизит Показ. Текущий контроль «Мой выбор». Профессия «актёр» Раздел 7. Репетиционная работа Персонажный тренинг Мизансцена как средство выразительности Создание образа героя Мой герой в спектакле Постановка мизансцен Декорации в театральной постановке Репетиционная работа Итоговое занятие. Показ спектакля. Промежуточная аттестация
ключевые слова для поиска программы	театральная студия, этюд, актёрское мастерство
цель и задачи	Развитие творческих способностей обучающихся посредством приобщения к театральному искусству.
результат	У обучающихся воспитана сценическая культура, сформированы навыки актёрской игры в соответствии с заданными сценическим и обстоятельствами;

	приобретён опыт выступления на сцене.
материальная база	Учебный кабинет, оборудованный для занятий сценической подготовкой, театральный реквизит, звуковоспроизводящая аппаратура, методические сборники.
требования к состоянию здоровью	нет
наличие медицинской справки для зачисления	нет
возрастной диапазон	10-18 лет
число учащихся в группе	12-15
способ оплаты	бюджет
продолжительность	1 год
общее количество и количество часов в неделю	222/6

Приложение 3

Контрольно - измерительные материалы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Театральная студия»

Промежуточная аттестация
Форма контроля: спектакль

№ п/п	Название критерия	Степень выраженности критерия
1	Внимание актера на сцене	Отлично ориентируется в пространстве сцены, точно реагирует на реплики партнера, имеет высокий темпоритм существования – *3 балла;* Не всегда ориентируется в пространстве сцены, не точно реагирует на реплики партнера, имеет средний темпо ритм существования - *2 балла;* Частично ориентируется в пространстве сцены, редко реагирует на реплики партнера, имеет низкий темпоритм существования – *0-1 балл*
2	Взаимодействие с партнером	Прекрасно эмоционально взаимодействует с партнером, умеет слышать и видеть партнера - *3 балла* Недостаточно эмоционально взаимодействует с партнером, не всегда слышит и видит партнера - *2 балла;* Неэмоционально взаимодействует с партнером, не умеет слышать и видеть партнера - *0-1 балл*
3	Исполнение роли	Ярко создает характер роли, держит перспективу, живет в предлагаемых обстоятельствах – *3 балла;* Хорошо создает характер роли, иногда держит перспективу, редко живет в предлагаемых обстоятельствах – *2 балла;* Не создает характер роли, не держит перспективу, не живет в предлагаемых обстоятельствах – *0-1 балл*

2-4 балла - обучающийся освоил образовательную программу на низком уровне;
5-7 баллов - обучающийся освоил образовательную программу на среднем уровне;
8-9 *баллов* - обучающийся освоил образовательную программу на высоком уровне.

Карта педагогического наблюдения метапредметных результатов

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии оценки											
		Развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотнесения своих действий с результатом на основе самоанализа				Развитие навыков конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений и освоение различных социальных ролей, умения работать на общий результат и нести ответственность за свои обязанности и поручения.				Развитие навыков бесконфликтного и конструктивного общения с окружающими посредством освоения различных средств коммуникации и способов саморегуляции своего поведения			
		Развиты навыки планирования своей работы	Умеет нести ответственность	Умеет определять способы действия в рамках предложенных условий и требований	Способен ставить цель и выбирать пути её достижения	Умеет взаимодействовать со сверстниками и	Развита социальная компетентность, готовность к осуществлению	Владеет различными социальными ролями	Владеет и применяет нормы взаимоотношения в коллективе	Умеет взаимодействовать со сверстниками и педагогом	Владеет различными средствами коммуникации	Владеет навыками саморегуляции в процессе общения	

+ 1 – владеет в совершенстве
0 – средний уровень
- 1 – не владеет

Педагог дополнительного образования _____

Анкета определения сформированности знаниевого компонента личностных результатов дополнительной общеобразовательной программы

Ценностное основание/ориентир: Знания

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1	Стремление к знанию – одна из основных черт человека.	4 - Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
2	Каждое полученное знание несёт в себе цель и значимость, пусть даже оно покажется слишком простым.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
3	Самообразование — это изучение новой информации и получение знаний, навыков самостоятельно.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

7 – 12 баллов – показатель полностью сформирован
5 – 6 баллов – показатель частично сформирован
0 – 4 – баллов показатель не сформирован

Ценностное основание/ориентир: Культура

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1	Культура – это набор правил, которые предписывают человеку определённое поведение с присущими ему переживаниями и мыслями.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
2	Культура – это общая характерная особенность людей, которые живут в пределах одной страны или отдельного её региона.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
3	Культурные ценности — это незаменимые материальные и нематериальные предметы и произведения культуры, имеющие художественную и материальную ценность, значимость.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
4	Через культуру осуществляется связь между поколениями и совершенствуется развитие общества.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

10 – 16 баллов – показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 – баллов – показатель не сформирован

Ценностное основание/ориентир: Человек как духовный образ

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1	Человек с богатым внутренним миром или духовно богатый человек.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
2	Духовное богатство – это единственный вид богатства, лишить которого человека невозможно.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
3	Душа человека – это стержень, основа его бытия и определяет его со-бытие.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

4	Духовно богатый человек обязан знать историю своего народа, элементы его фольклора, быть разносторонне образованным.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

10 – 16 баллов – показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 – баллов – показатель не сформирован

Ценностное основание/ориентир: Человек как представитель моего социального окружения

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1	Общение для человека - это главное условие его психического и социального становления.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
2	Коммуникация – это конструктивный процесс взаимодействия между людьми или их группами с целью передачи информации либо обмена сведениями.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
3	Дружба – это искренние, бескорыстные взаимоотношения, построенные на доверии и взаимном уважении.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
4	Командная работа — это огромная возможность для личностного и профессионального роста всех членов команды.	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

10 – 16 баллов – показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 – баллов – показатель не сформирован