

## Актерский тренинг (одно из занятий учебного цикла) «Игры в Вообразии»

1. Разогрев мышц. Прохлопывание рук, ног, грудной клетки звуком «М». упражнения на растяжку.

2. Сценическое движение. Ходьба в 5 скоростях. Упражнения на внимание и управление своим телом «Кактусы-ивы».

3. Сценическая речь .упражнения на длительный и форсированный выдох. Артикуляционная и вибрационная гимнастика. Скороговорки, скороговорки индивидуально и группой, в движении.

4. упражнения-задания :

**Бык и ковбой.** Двое участников становятся на расстоянии друг от друга (не менее 5 метров), один поворачивается спиной - это бык, второй берет в руки воображаемую веревку - это ковбой. По сигналу к началу ковбой должен накинуть воображаемую веревку на быка и подтянуть его к себе (бык, естественно, сопротивляется). Упражнение получится успешно, если участникам удастся синхронизировать свои действия, чтобы зрители "увидели" воображаемую веревку, натянутую между ними.

**Гладим животное.** Все учащиеся получают задания на листочках. Нужно изобразить, что они гладят животное или берут его на руки. Здесь должны главным образом работать руки, ладони. Предлагается «погладить» следующих животных:

· Хомячка (изобразите, как он выскальзывает у вас из рук, бегает по плечу и т.д.)

· Кошку

· Змею (она опутывается вокруг вашей шеи)

· Слона

· Жирафа

Задача всей группы – угадать животное.

**Групповая скульптура.** В центр комнаты выходит первый учащийся (это может быть любой желающий или назначенный ведущим человек) и принимает какую-то позу. Затем к нему пристраивается второй, третий пристраивается уже к общей для первых двух учащихся в композиции. Выполняя это упражнение, необходимо: 1) действовать в довольно быстром темпе, 2) следить, чтобы получающиеся композиции не были бессмысленной мозаикой изолированных друг от друга фигур. Вариант: «застывшая» скульптура может «ожить».

**Десять масок.** Каждую маску обсуждаем в подробностях: как актер должен смотреть? Должен ли он моргать глазами? Должен ли он опускать глаза? Открывать ли рот? Поднимать ли брови?

1. Страх

2. Злость

3. Любовь (влюбленность)

4. Радость

5. Смирение

6. Раскаяние, угрызение совести

7. Плач

8. Стеснение, смущение

9. Раздумье, размышление

10. Презрение

11. Равнодушие

12. Боль

13. Сонливость

14. Прощение (вы кого-то о чем-то просите?)

Чтобы лучше получалось изображать, к примеру, презрение, говорите про себя соответствующие слова (ты посмотри, на кого ты похож? Да, я тебя терпеть не могу, ты посмотри, что ты на себя надел?

5. репетиция миниатюры, которую готовит данная группа.