

**ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МАРАФОН
«ЗДОРОВАЯ ШКОЛА - ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ»**

**Учитель первой категории
ГБОУ СОШ им. В.С. Юдина с. Новый Буян
Герасимова Галина Владимировна**

**Разработка занятия по внеурочной деятельности
«Театральная студия»
«Всё в твоих руках, или Будь королём своих желаний»**



Звучит песня «Движение - это жизнь»

Учитель:

- Ребята, как вы думаете, о чём пойдёт речь на занятии?
- О здоровье, т.к. движение - это здоровье. Физическое здоровье.
- Какие виды здоровья вы знаете?
- Физическое, психическое, социальное.
- Да, об этом вы говорили на уроке основы знаний по физической культуре

-Что такое психическое здоровье?

-Состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать.

Дежурный:

- Девиз нашего объединения: я виден, я слышен, я никому не мешаю

Начинаем, как обычно, с разминки (50 секунд, музыка)

Разогреваем ладони (трём сильно-сильно),

«Назойливый комар»

(подготовительное упражнение – разогревает мышцы лица)

Представим, что у нас нет ни рук, ни ног, а есть только лицо, на которое постоянно садится неугомонный комар. Мы можем отогнать его только движением мышц лица. Внимание на дыхании не акцентируется. Главное – гримасничать, как можно более активно.

Улыбка – хоботок

Максимально вытягиваем губы вперёд, сложив их хоботком, затем как можно больше растягиваем в улыбку.

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

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

Учитель:

Сегодня, как и на каждом занятии, нам предстоит работать с передачей эмоций.

Показываю картинки с эмоциями, ученики их называют (радость, страх, удивление, злость, гордость...)

Дежурный: Послушайте сценический материал для этюда «Органическое молчание» и попробуйте движениями, мимикой и эмоциями изобразить происходящее

В магазине кланчит малыш:

- Купи эту игрушку! Купи эту... Ну, купи. А-а-а! (топает ногами, кричит, начинает плакать)

Бабушка:

- У тебя уже много игрушек. Я вчера тебе такую же покупала.

М. - Не таку-у-ю-ю, такой у меня нет, купи, купи...(топает ногами). А-а-а!

Б. - Что же делать? (обращается к продавцу). Дайте, пожалуйста, эту машинку.

Продавец.

-Пожалуйста, держи! (обращаясь к малышу)

М.- УРА! Моя игрушечка! (везёт по полу, радуется, потом бросает её в угол).

Б. -Наигрался. (охает) Вот и «эта купи-купи» уже валяется.

Как вы думаете, сколько лет малышу?

Как вы понимаете слово «кланчит»? Почему он не мог остановиться в своём решении?

(нет ещё силы воли)

Как вы думаете, что такое сила воли? Стремление, способность человека к осуществлению своих желаний, к преодолению препятствий, достижению целей.

Учитель:

Давайте разберём следующий пример.

Показ «Ералаша» ф. «Сила духа» с 33 сек до 1.14 сек, затем с 1.25 -2.31. -- - Обратите внимание, как передаёт герой эмоции.

Сила воли была? Чего же не хватило?

Как вы думаете, какие качества поможет воспитать в себе сила воли?
Дисциплинированность, настойчивость, смелость, самостоятельность (ответы детей)

Волевой, сильный духом, уверенный в себе - всё это качества лидера. И если вы даже не планируете им становиться, сила воли никогда не станет лишней чертой характера.

Дежурный: С чего же начать? (музыка)

Однажды король Фридрих, устав от важных дел, вышел на прогулку. На тёмной аллее он столкнулся со слепым.

Сценка

- Кто ты? - спросил Фридрих.

- Я - король! - ответил слепой.

- Король? - удивился Фридрих. - И кем же ты управляешь?

- Собой! - сказал слепой и прошёл мимо.

Фридрих задумался:

- Может быть, и в самом деле легче повелевать целым государством, чем собой, своими желаниями?



Учитель:

- В чем заключается главная мысль всех сценок?

- Надо быть королём своих желаний.

В конце занятия исполняем песню «Ведь ты человек»