


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯГУЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ЗАВЬЯЛОВКОГО РАЙОНА Удмуртской Республики
(МБОУ «Ягульская СОШ»)

СОГЛАСОВАНО

Решением Педагогического Совета
МБОУ «Ягульская СОШ»

Протокол от «04» июля 2023г. № 17

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

(подпись) А.В. Курбатова
(Ф.И.О.)

«04» июля 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Ягульская СОШ»
И.С. Ларионова
(подпись) (Ф.И.О.)

«04» июля 2023г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Социально – гуманитарного направления
«Театр социальных изменений»

Возраст обучающихся: 10 – 16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Никитина Ксения Витальевна,
педагог дополнительного образования

с.Ягул, 2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театр социальных изменений» разработана в соответствии с требованиями нормативных документов и на основании Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «Ягульская СОШ»

Направленность программы: художественная направленность

Актуальность программы: В каждой школе нужны творческие, артистичные ребята, которые участвовали бы в школьных концертах, утренниках, постановках. Но, к сожалению, учащиеся неохотно занимаются этим, так как чувствуют себя неловко, «зажато». Поэтому данная программа актуальна в современной школе. Если раскрыть и развить творческие способности ребёнка, он будет чувствовать себя уверенно не только на сцене, но и в любой жизненной ситуации.

Программа способствует развитию у учащихся качеств, которые помогут в будущем конструктивно общаться с самыми разными категориями людей, быть интересными в общении и быть лидерами во многих начинаниях, необходимые как для профессионального становления, так и для практического применения в жизни.

Отличительная особенность программы состоит в том, что она объединяет несколько видов искусства: музыку, танец, литературу и актерскую игру, а так же построена на следующих принципах:

1. «Научился сам – научи другого»: пройдя курс актерских тренингов, обучающийся имеет возможность проводить занятие или мастер-класс для других театральных групп, а также для всех желающих детей.

2. Профессиональная ориентация обучающихся: данная программа ориентирована на развитие некоторых предпрофессиональных актерских, режиссерских и педагогических умений и навыков.

3. «Талантливый человек-талантлив во всем». Этот принцип говорит о том, что для изучения программы «Театр социальных изменений» будут активно привлекаться дети с различными творческими, техническими, спортивными, интеллектуальными и т.д. способностями.

4. «Новые технологии» или «Дистант». ИКТ - технологии, в том числе с применением дистанционных форм организации занятий послужат дополнительным средством в методическом обеспечении программы. Активное использование компьютерных (интернетных) средств коммуникации позволят обеспечить учебный процесс:

- доступ к электронным библиотекам;
- доступ к онлайн тренингам, информационным беседам, вебинарам и т.д.;
- самостоятельное изучение некоторых тем;
- обратная связь с педагогом и т.д.

Новизна программы. Особенность программы «Театр социальных изменений» в том, что она разработана для обучающихся общеобразовательной школы, которые имеют разные стартовые способности.

Адресат программы: учащиеся в возрасте 10 - 16 лет (девочки и мальчики) в группе обучаются независимо от способности и умений

Практическая значимость: Театрализованные занятия выполняют одновременно познавательную, воспитательную и развивающую функцию. Обязательным элементом занятий является игра. Через игру дети находят новые средства самовыражения, обеспечивают мотивацию познания себя, других учащихся, окружающего мира. Занятия в театральном кружке не только развивают творческие способности, но и формируют его коммуникативную культуру, значимость и необходимость в общем деле, индивидуальность в исполняемой роли. Ребенок, увлекающийся театральным искусством станет более внимательным, у него появятся способности к состраданию и сопереживанию, активизируется мышление и познавательный интерес.

Наполненность группы: 8 – 15 человек

Уровень: стартовый

Формы организации образовательного процесса: Ведущей формой организации занятий является практическая деятельность. Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям. В программе рассчитаны как теоретические, так и практические занятия. Теоретическая часть планируется с учётом возрастных, психологических и индивидуальных особенностей обучающихся. В процессе обучения применяются такие формы занятий: групповые занятия, индивидуальные, теоретические, практические, игровые, конкурсы и др.

Режим занятий:

- общее количество часов в год – 144 ч.;
- количество часов и занятий в неделю - 2 ч.;
- периодичность занятий – 2 раз в неделю;
- продолжительность занятий – 1 академический час – 40 минут.

Цель и задачи программы:

Цель: создание условий для раскрытия и развития творческого потенциала ребенка через приобщение к театральному искусству.

Задачи:

1. Познакомить с основными понятиями театральной деятельности, с законами сцены и основами актерского мастерства, сценического движения;

2. Развивать внутреннюю (внимание, воображение и фантазия, логика, вера в предлагаемые обстоятельства) и внешнюю (чувство ритма, темпа, чувство пространства, общение) технику актера; формировать навыки публичного выступления;

3. Воспитывать качества, необходимые для взаимодействия с партнером, для работы в группе; сформировать эстетический вкус у детей.

Ожидаемые результаты:

К концу обучения по программе «Игра в театр», учащиеся должны обладать следующими знаниями, умениями и навыками:

Знания:

1. Знать правила поведения зрителя, этикет до, во время и после спектакля, концерта;
2. Знать правила поведения артиста за кулисами;
3. Знать звукоряд гласных.
4. Знать основные элементы актерского мастерства.
5. Знать комплекс упражнений артикуляционной и дыхательной гимнастики;

Умения:

1. Уметь выполнить разминку, подготовить свое тело к работе под руководством педагога;
2. Уметь выполнить артикуляционную и дыхательную гимнастику под руководством педагога.
3. Уметь воспринимать замечания и советы, как педагога, так и товарищей;
4. Уметь тактично и культурно судить о работе других.
5. Уметь сосредоточенно и интенсивно работать в течение всего времени занятий и репетиций;

Навыки:

1. Выполнять упражнения актерского тренинга на внимание, память и фантазию в присутствии постороннего человека;
2. Владеть приемами разминки и разогрева тела;
3. Определять мышечный зажим.

Учебный план

Наименование те мы раздела	Количество часов			Формы контро (аттест
	Всего	Теор.	Прак.	
Вводное занятие	2	1	1	Наблюдение
1. Актёрское мастерство				
1.1 Организац ия сценического пространства	2	1	1	Наблюдение опрос
1.2 Сцени ческое внимание	4	1	3	Наблюдение опрос
1.3 Воображение фантазия	4	1	3	Наблюдение опрос
1.4 Мышечная свобода	4	1	3	Наблюдение опрос
1.5 Отношен ие оценка факта	4	1	3	Наблюдение опрос
1.6 Темпо - ритм	4	1	3	Наблюдение опрос
1.7 Комплексн ый тренинг	8	1	7	Самостоятельная работа
1.8 Мастер-класс	8	1	7	Самостоятельная работа
ИТОГО	39	9	30	
2. Основы сценической речи				

2.1	Подготов каречевого аппарата	4	1	3	Наблюдение	
2.2	Дыхание и звук	8	1	7	Наблюдопрос	
2.3	Орфоэпия и дикция	7	1	6	Наблюдение, тест	
3. Работа над спектаклем						
3.1	Подбор репертуара и чтение	1	-	1	Наблюдение	
3.2	Распределение ролей	1	-	1	Наблюдение	
3.3	Репетиция (отрывок «...»)	М 1	8	1	7	Наблюдение
3.4	Репетиция (отрывок «...»)	М 2	8	1	7	Наблюдение
3.5	Репетиция (отрывок «...»)	М 3	8	1	7	Наблюдение
3.6	Репетиция (отрывок «...»)	М 4	8	1	7	Наблюдение
3.7	Репетиция (отрывок «...»)	М 5	8	1	7	Наблюдение
3.8	Репетиция (отрывок «...»)	М 6	8	1	7	Наблюдение
3.9	Работа реквизитом, костюмами, декорациям	с	2	-	2	Наблюдение

3.10 Сводные репетиции отрывков	24	-	24	Самостоятельная работа
3.11 Создание афиши, рекламы	2	-	2	Самостоятельная работа
3.12 Генеральная репетиция выбранного репертуара	4	-	4	Самостоятельная работа
С 3.13 Показ выбранного репертуара с его последующим обсуждением	4	-	4	Самостоятельная работа
ИТОГО:	144	19	125	

0

держание программы обучения:

Вводное занятие

Теория:

Специфика работы. Предполагаемый репертуар. Внешний вид на занятиях. Обзор тем для изучения.

Практические занятия:

Комплексный тренинг рабочего самочувствия.

1. «Актёрское мастерство»

1.1 Организация сценического пространства.

Теория:

Первый вступительный раздел актерского тренинга – упражнения на организацию сценического пространства. Знакомство с особенностями творческой индивидуальности каждого учащегося. Знакомство учащегося с главными условиями актерского творчества: необходимость работы над собой, ощущение себя в коллективе, творческая взаимосвязь себя и коллектива. Бесшумное передвижение по сцене. Рациональное использование сценического пространства. Мизансцена. «Чувство локтя». Этика поведения на сцене.

Практические занятия:

Упражнение 1. «Шахматы»

Упражнение 2. «Привидение»

Упражнение 3. «Плетень»

Упражнение 4. «Пирамида»

Упражнение 5. «Молекулы»

1.2 Сценическое внимание.

Теория:

Сосредоточенность, внимание к объекту. Пять видов чувств. Произвольное и непроизвольное внимание. Внешнее, внутреннее, внешневнутреннее внимание. Линия внимания. Три круга внимания.

Практические занятия:

Упражнение 1. «Слушая тишину»

Упражнение 2. «Улей»

Упражнение 3. «Цепочка»

Упражнение 4. «Фотограф»

Упражнение 5. «Стороны света»

Упражнение 6. «Картины»

Упражнение 7. «Внутренний голос»

1.3 Воображение и фантазия.

Теория:

Воображение и фантазия – отличительные особенности. Виды воображения (пассивное, активное). Наивность.

Практические занятия:

Упражнение 1. «Волшебный лес»

Упражнение 2. «Профессии»

Упражнение 3. «Утро»

Упражнение 4. «Новый друг»

Упражнение 5. «Животные»

Упражнение 6. «Котята»

1.4 Мышечная свобода.

Теория:

Мышечная свобода – внешняя, внутренняя. Виды мышечных зажимов. Интеллектуальный зажим. Четыре этапа освобождения от мышечных зажимов. Пластика.

Практические занятия:

Упражнение 1. «Роботы»

Упражнение 2.

«Кисель – камень»

Упражнение 3.

«Электричество»

Упражнение 4. «Человечки»

Упражнение 5. «Банька»

Упражнение 6. «Собачка»

Упражнение 7. «Эластичный»

1.5 Отношение и оценка факта.

Теория:

Отношение: к человеку, к событию, к явлению. Установка отношений. Событие. Этапы оценки факта.

Практические занятия:

Упражнение 1. «Кто я? Где я?»

Упражнение 2. «Что произошло?»

Упражнение 3. «Скамейка встреч»

Упражнение 4. «Чужая боль»

Упражнение 5. «Телефонный разговор»

Упражнение 6. «Письмо»

Упражнение 7. «Телевизор»

1.6 Темп – ритм.

Теория:

Темп. Ритм. Внешний, внутренний темп – ритм. 10 номеров темп – ритма.

Практические занятия:

Упражнение 1. «Колесики, винтики»

Упражнение 2. «Скоростной круг»

Упражнение 3. «Музыкальная хотьба»

Упражнение 4. «Цезарь»

2.«Основы сценической речи»

2.1 Подготовка речевого аппарата

Теория:

Анатомия человека и строение речевого аппарата (кратко, основное).
Этапыразминки речевого аппарата. Гигиена.

Практические занятия:

Тренинг осанки, мышц. Разминка речевого аппарата.

Артикуляционные упражнения:

1. Вибрационный массаж лица.
2. Успокаивающий массаж лица.
3. Растирание скуловых соединений.
4. Открытие рта на два пальца вниз.
5. Движения нижней челюстью (вперед, назад, влево, вправо и т.д.)
6. «Заборчик»
7. Работа с языком (вперед, назад, круговые движения в полости рта,проколы щек и т.д.)
8. «Лошадка»
9. «Грибок»
10. «Кошечка»
11. «Людоед»
12. Покусывание губ.
- 13.«Трубочка – улыбка»
13. 14.«Лягушка»

2.2 Дыхание и звук.

Теория:

Распределение дыхания. Дыхательная гимнастика. Громкость звука.
Настройкагромкости звука. Речевая выразительность.

Практические занятия:

Дыхательная гимнастика начинается с простого дыхания. Затем прерывистое,протяжное дыхание.

Упражнения: «Свеча», «Цыпленок», «Снежки», «Пчелы». Закончить необходимо простыми скороговорками.

2.3 Орфоэпия и дикция.

Теория:

Представление о дикционной культуре. Нормы произношения в русском языке.

Практические занятия. Упражнения для развития речевого аппарата, освобождения от мышечных зажимов, артикуляционная гимнастика, сочетания гласных и согласных. Комплекс «Активные согласные».

3. Дисциплина «Работа над спектаклем . Практические занятия:

Чтение произведений драматургов для детей. Чтение по ролям.

3.1 Распределение ролей.

Анализ роли.

Практические занятия:

Чтение выбранного репертуара по ролям. Обсуждение образов.

3.2 Репетиции отрывка №1.

Теория:

Анализ образа. Расстановка актерских задач. Расстановка мизансцен.

Практические занятия:

Репетиция.

3.3 Репетиции отрывка №2.

Теория:

Анализ образа. Расстановка актерских задач. Расстановка мизансцен.

Практические занятия:

Репетиция. Орфоэпическая работа с текстом.

3.4 Репетиции отрывка №3.

Теория:

Анализ образа. Расстановка актерских задач. Расстановка мизансцен..Музыкальное оформление.

Практические занятия:

Репетиция. Создание эскиза костюма, прослушивание и подбор музыкального оформления (монтаж). Работа с текстом.

3.5 Репетиции отрывка №4.

Теория:

Анализ образа. Расстановка актерских задач. Расстановка мизансцен.План

Практические занятия:

Репетиция. Монтаж аудио и видео оформления. Работа с текстом.

3.6 Репетиции отрывка.

Теория:

Анализ образа. Расстановка актерских задач. Расстановка мизансцен.Музи

Практические занятия:

Репетиция. Создание эскиза костюма, прослушивание и подбор музыкального оформления (монтаж). Работа с текстом.

3.7 Репетиции отрывка.

Теория:

Анализ образа. Расстановка актерских задач.
Расстановка мизансцен.Музыкальное оформление.

3.8 Подбор репертуара и чтение

Определение темы репертуара.

Практические занятия:

Репетиция. Создание эскиза костюма, прослушивание и подбор музыкального оформления (монтаж). Работа с текстом.

3.9 Работа с реквизитом, костюмами, декорациям.

Теория:

Анализ костюма по образу и декорации.

Практические занятия:

Подбор материала. Подбор костюмов. Создание эскиза костюма, декорации.

3.10 Сводные репетиции.

Практические занятия:

Соединение всех эпизодов выбранного репертуара в единую концепцию. Снятие социальных роликов. Репетиция постановки к 9 мая.

3.11 Создание афиши, рекламы.

Практические занятия:

Анализ и создание афишного и рекламного слогана-приглашения. Запись рекламы-приглашения на спектакль.

3.12 Генеральная репетиция выбранного репертуара.

Практические занятия:

Тренинг «Рабочее самочувствие». Репетиция всех частей (отрывков) спектакля.

3.13 Показ выбранного репертуара с его последующим обсуждением

Анализ спектакля. Анализ и самоанализ проделанной творческой работы.

Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение: Проектор(экран), акустическая система (колонки), ноутбук.

Материалы и инструменты: Декорации, сцена, занавес, кулисы, стулья, столы, костюмы.

Кадровое обеспечение: Реализовать программу может педагог, имеющий педагогическое образование и владеющий знаниями, умениями по театральной деятельности.

Календарно – учебный график:

Месяц	Год обучения, форма занятий			
	№ недели	1 год обучения		
		Теория	Практика	Контроль
Сентябрь	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Октябрь	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Ноябрь	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Декабрь	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Январь	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Февраль	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К

	4		П	К
Март	1		П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Апрель	1	Т	П	К
	2	Т	П	К
	3	Т	П	К
	4	Т	П	К
Май	1		П	К
	2		П	К
	3		П	К
	4		П	К
Всего часов		19	125	25
Итого за год		36 недель, 144 часа		

Оценочные материалы.

Методы диагностики теоретических знаний:

- тестирование,
- собеседование,
- устный и письменный опрос,
- творческая задача.

Текущий контроль проводится для оценки степени и качества усвоения учащимися материала данной программы.

Методы диагностики практических знаний:

- выполнение творческих индивидуальных и групповых заданий,
- самостоятельное проведение репетиций,
- проведение мастер - классов,
- активное участие в творческих мастерских,

В конце изучаемого курса проводится итоговый контроль с целью определения качества полученных знаний и умений.

Опрос на тему «Сценическое внимание»

1. Сценическое внимание – это _____

2. Виды сценического внимания _____

«Круги» сценического внимания и его «обхват»_

3. Основоположник и разработчик сценического внимания в технике актерского мастерства _____

4. Значение сценического внимания в актерской игре (Ваше мнение)

5. Как концентрировать внимание (Ваше мнение) _____

6. Почему в актерском мастерстве внимание называют сценическим? В чем его особенность? _____

Результат: 6 из 6 – отлично

5 из 6 – хорошо

4 из 6 – удовлетворительно

3 из 6 - плохо

Опрос на тему: «Воображение и фантазия»

1. Воображение и фантазия это (отличительные особенности друг от друга)-

2. В каких случаях применяется данная техника? _____

3. Основоположник и разработчик данной техники _____

4. Чем воображение и фантазия отличается от «если бы» как начало творчества и предлагаемые обстоятельства, как продолжение его? (Ваше мнение)

Результаты: 4 из 4 –отлично, 3 из 4 – хорошо, 2 из 4 – удовлетворительно
Ответы должны быть развернутыми, четко и логично раскрыты. Примеры приветствуются.

Опрос на тему: «Темпо-ритм»

1.Расшифруйте понятие темпо-ритм

2. Цифровая шкала темпо-ритма и ее расшифровка в действии с использованием примеров _____

Роль темпо - ритма в спектакле? _____

3. Как понять или различить, что темпо-ритм неточный, сбивчивый и т.д.? _____

4. Что может помочь при создании правильного, точного, органичного темпоритма в актёрской игре или спектакле?

Результат:

1. Ответ развёрнутый, с четкими, многочисленными примерами, применяются личные наблюдения – отлично.
2. Ответ неполный, примеров мало или нет, рассуждения скудные, неясно сформулированные, личных наблюдений нет – удовлетворительно.

Тест на тему

«Стихосложение»

Вопрос № 1

Как называется одинаковое или сходное звучание концов двух или более стихотворных строк?

1. строфа
2. рифма
3. ритм

Вопрос № 2

Как называется свободный стих, построенный на интонационной и синтаксической основе без учёта числа слогов и ударений в строке?

1. Верлибр

2. дольник

3. белый стих

Вопрос № 3 Что такое катрен?

1. двустишие
2. трёхстишие
3. четырёхстишие

Вопрос № 4 *Стихотворение сатирического содержания, разоблачающее конкретное лицо или порок - это*

Введите ответ:

Вопрос № 5 *Торжественное стихотворение, написанное возвышенным слогом, воспевающее кого-то или что-то - это*

Введите ответ:

Вопрос № 7 *Стихотворение, проникнутое грустным чувством. - это*

Введите ответ:

Вопрос № 8 Как называется в стихосложении повторяемость однородных звуковых элементов, чередование ударных и безударных слогов?

1. рифма
2. строфа
3. ритм

Вопрос № 9 *Двусложный размер стиха с ударением на второй слог - это*

Введите ответ:

Вопрос № 10 *Двусложный размер стиха с ударением на первый слог - это*

Введите ответ:

Ниже предлагается несколько подходов к выделению параметров и признаков творческого развития личности, на основании которых можно конструировать бланки наблюдений.

Классификация творческих способностей по А.И.Луку.

1. **Зоркость в поисках.** В потоке внешних раздражителей человек обычно воспринимает лишь то, что укладывается в его «координационную сетку» уже имеющихся знаний и представлений. Остальное он неосознанно отбрасывает. Способность увидеть то, что не укладывается в рамки ранее усвоенного, - нечто большее, чем просто наблюдательность.
2. **Способ кодирования информации нервной системой.** Мозг облачает любую мысль в ту или иную форму. Способ кодирования накладывает печать на форму внешнего выражения результатов, а если смотреть шире – на выбор содержательной области мышления.
3. **Способность к свертыванию мыслительных операций** заключается в том, что длинная цепь рассуждений, понятий заменяется одной обобщающей операцией, тем самым мышление переходит на более высокий уровень абстрагирования, использования все более емких в информационном отношении символов.
4. **Способность к переносу** – способность применить навык, приобретенный при решении одной задачи, к решению другой, способность к выработке обобщенных стратегий.
5. **Боковое мышление** – способность увидеть путь к решению, используя постороннюю информацию.
6. **Цельность восприятия** – способность воспринимать действительность целиком, не дробя ее. В процессе творческой работы необходимо оторваться от логического рассмотрения фактов, чтобы попытаться вписать их в более общие картины.

7. **Готовность памяти** – способность вспомнить о свойствах объекта и соотнести эти знания с задачей. Имеет в виду скоростной момент извлечения информации из памяти.
8. **Сближение понятий** – легкость ассоциирования и отдаленность ассоциируемых понятий, «смысловые расстояния» между ними.
9. **Гибкость мышления.** Быстрый и легкий переход от одного класса явлений к другому. «Смысловые расстояния» – переменная величина, на которую влияет функциональная фиксированность человека; способность к преодолению фиксированности – одно из проявлений гибкости мышления.
10. **Гибкость интеллекта** – способность вовремя отказаться от ложной гипотезы.
11. **Способность к оценочным действиям,** к выбору одной из многих альтернатив до ее проверки.
12. **Способность к «сцеплению»** – то есть объединение воспринимаемых раздражителей, быстрое соотнесение новых сведений с прежним личным опытом.
13. **Легкость генерирования идей.** Чем больше идей порождает человек, тем больше шансов, что среди них будут хорошие.
14. **Беглость речи.** Легкость необходима, чтобы облечь новую идею в слова. При этом важна осмысленность.
15. **Способность к доведению до конца.** Это не просто настойчивость, собранность и волевой настрой, а способность к доработке деталей, к совершенствованию первоначального смысла.

Календарный план воспитательной работы:

№ п/п	Форма и название мероприятия	Сроки проведения (указать месяц)
Направление 1. Формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых учащихся		
1.	Оформление выставки из живых картин « Живая галерея»	Январь
Направление 2. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся, профилактики экстремизма и радикализма		
2.	Гражданско - патриотическая постановка к 9 мая	Май

пизация, самоопределение и профессиональная ориентация учащихся		
4.	Проигрывание профессий на сцене для выпускников	Апрель
ение 4. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы		
5.	Проведение инструктажей по ПБ и ТБ в здании, на занятиях	Сентябрь, январь

Список литературы Литература для педагога

1. Гиппиус С.В. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств / С.В.Гиппиус. - М.: Изд-во "Москва", 2009. - 140 с. .
- URL: <http://nkozlov.ru/book/158-gippius-s-v-trening-razvitija-kreativnosti-gimnastika-chuvstv.html> (дата обращения: 11.07.2023).
2. Дрознин А.Б. Физический тренинг актера по методике А. Дрознина / А.Б.Дрознин. - М.: ВЦХТ, 2004. - 160 с. .- URL: <https://pandia.ru/text/82/624/15463.php>(дата обращения: 20.07.2023).
- 3.Морозова Г.В. О пластической композиции спектакля: Методическое пособие/ Г.В. Морозова. - М.: ВЦХТ, 2001. - 144 с. .-
- 4.Сарабьян Э.А. Актерский тренинг по системе Станиславского/ Э.А.Сарабьян. - М.: Изд-во АСТ, 2010. - 90 с.- URL: <https://studfile.net/preview/9800826/> (дата обращения: 13.07.2023).

Литература для детей

1. Альшиц Ю.Л. Тренинг Forever / Ю.Л. Альшиц. - М.: Изд-во ГИТИС, 2010. -54 с.
file:///C:/Users/User/Downloads/training_forever.pdf
дата обращения: 15.07.2023).
- 2.Найденов, Б.С. Выразительность речи и чтения/Б.С. Найденов.-Москва: Просвещение, 1969.-263 с.- URL: https://vk.com/wall-94378522_27906(дата обращения: 16.07.2023).