

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Сценическое мастерство» составлена на основе примерных программ внеурочной деятельности под ред. В.А. Горского, А.А.Тимофеева и др., Москва Просвещение» 2010. (Программы подготовлены в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки РФ и Федерального агентства по образованию).

Коренные изменения, происходящие в наше время в обществе, диктуют потребность в воспитании творческой, образованной, активной и дееспособной личности, и внеурочная работа является одним из важнейших способов достижения этой цели.

Актуальность программы обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами театральной деятельности возможно формирование социально активной творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию. **Сроки реализации программы:** 2015-2016 гг. (5 класс).

Перечень нормативных документов

Федеральный уровень

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 31.12.2014 г. с изменениями от 06.04.2015 г.).
2. Федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утверждённого приказом Минобрнауки России от 09.03.2004г. № 1312.
3. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 г. № 30550).
4. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. N 1015 (ред. от 28.05.2014 г.) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 г. N 30067)».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189 (ред. от 25.12.2013 г.) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические

требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (вместе с «СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы») (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 г. № 19993).

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 01.02.2011 г. № 19644).

7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 г. № 1644 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 6 февраля 2015 г. Регистрационный № 35915 (с 21.02.2015 года).

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 07.06.2012 г. № 24480).

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 г. № 1645 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России от 9 февраля 2015 г. Регистрационный № 35953 (с 23.02.2015 года).

10. «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. - М.: Просвещение, 2013.

Региональный уровень

1. Закон Челябинской области «Об образовании в Челябинской области» / Постановление Законодательного Собрания Челябинской области от 29.08.2013 г. № 1543.

2. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области № 01-1786 от 09.06.2012 г. «О введении ФГОС основного общего образования в общеобразовательных учреждениях Челябинской области с 01 сентября 2012 г.» Приказ Министерства образования и науки Челябинской области № 24/ 6142 от 20.08.2012 г. «О порядке введения ФГОС основного общего образования в общеобразовательных учреждениях с 01 сентября 2012 г.».

3. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области № 03-02/7233 от 17 сентября 2014 г «О направлении информации по вопросам разработки и утверждения образовательных программ в общеобразовательных организациях».

4. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 12.02.2014 г. № 03-02/889 «О приоритетных направлениях повышения квалификации педагогических и руководящих работников областной системы образования Челябинской области в 2014 году».

5. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 02.03.2015 г. № 03-02/1464 «О внесении изменений в основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования общеобразовательных организаций Челябинской области».

Методические рекомендации

1. Методические рекомендации для педагогических работников образовательных организаций по реализации Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» / <http://ipk74.ru/news>.

2. Информационно-методические материалы для родителей о Федеральном законе от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» / <http://ipk74.ru/news>. 3. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России: учебное издание / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – М. : Просвещение, 2010.

4. Методические рекомендации по учету национальных, региональных и этнокультурных особенностей при разработке общеобразовательными учреждениями основных образовательных программ начального, основного, среднего общего образования / В. Н. Кеспикив, М. И. Солодкова, Е. А. Тюрина, Д. Ф. Ильясов, Ю. Ю. Баранова, В. М. Кузнецов, Н. Е. Скрипова, А. В. Кисляков, Т. В. Соловьева, Ф. А. Зуева, Л. Н. Чипышева, Е. А. Солодкова, И. В. Латыпова, Т. П. Зуева; Мин-во образования и науки Челяб. обл. ; Челяб. ин-т переподгот. и повышения квалификации работников образования. – Челябинск : ЧИППКРО, 2013. – 164 с.

Цели программы:

1. Познакомить с элементами сценической грамоты.
2. Совершенствовать художественный вкус учащихся, воспитывать их нравственные и эстетические чувства, научить чувствовать и ценить красоту.
3. Развить творческие способности школьников, их речевую и сценическую культуру, наблюдательность, воображение, эмоциональную отзывчивость.
4. Создать условия для саморазвития и развития личности ребёнка, выявление его творческого потенциала средствами театральной педагогики.

Целеполагание определило задачи:

1. Выработать практические навыки выразительного чтения произведений разного жанра.
2. Помочь учащимся преодолеть психологическую и речевую «зажатость».
3. Формировать нравственно – эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное в жизни и в искусстве.
4. Развивать фантазию, воображение, зрительное и слуховое внимание, память, наблюдательность средствами театрального искусства.
5. Развитие умения действовать словом, вызывать отклик зрителя, влиять на их эмоциональное состояние, научиться пользоваться словами, выражающими основные чувства;
6. Раскрывать творческие возможности детей, создать условия реализации этих возможностей.

7. Воспитывать в детях добро, любовь к ближним, внимание к людям, родной земле, равнодушное отношение к окружающему миру.
8. Развивать умение согласовывать свои действия с другими детьми; воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками, то есть развивать коммуникативные навыки;
9. Развивать чувство ритма и координацию движения;
10. Развивать речевое дыхание и артикуляцию; развивать дикцию на материале скороговорок и стихов;
11. Знакомить детей с театральной терминологией; с видами театрального искусства; с устройством зрительного зала и сцены; воспитывать культуру поведения в театре.

Основные принципы реализации программы – научность, доступность, добровольность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность, результативность, партнерство, творчество и успех.

2. Содержание программы

Направленность данной внеурочной образовательной программы: проектная деятельность.

Классы: 5-е. Наполняемость группы – 15 человек.

Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на один год обучения из расчёта 1 час в неделю. Всего: 35 часа.

Количество часов в 1-ой четверти- 9 ч.;

Количество часов во 2-ой четверти-7 ч.;

Количество часов в 3 –й четверти-10 ч.;

Количество часов в 4-ой четверти-9 ч.

Программа предусматривает проведение внеклассных занятий, работы детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся **1 раз в неделю** в учебном кабинете, в музее, библиотеках, на пришкольном участке, проектная деятельность включает проведение опытов, наблюдений, экскурсий, заседаний, олимпиад, викторин, КВНов, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов и т.д. Проектная деятельность предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в Интернете, СМИ и т.д.

Данная рабочая программа представляет собой программу организации внеурочной деятельности.

Программа создана на основе:

- программы, методических рекомендаций, сборника упражнений А.П.Ершовой «Уроки театра на уроках в школе»;
- программы, советов, разъяснений по четырёхлетнему курсу обучения в театральных школах, классах, студиях «Актёрская грамота – подросткам» А.П. Ершовой, Б.М.Букатова;

- разработок социо - игровой методики обучения в трудах Б. М. Букатова и А. П. Ершовой: «Общение на уроке, или Режиссура поведения учителя», «Педагогические таинства дидактических игр» и других статьях этих авторов;

- обобщения опыта выдающихся педагогов, театральных деятелей, личного опыта.

Направленность модифицированной программы кружка по содержанию является художественно-эстетической, общекультурной, по форме – кружковой.

В основу проекта были положены следующие **принципы**:

~ *принцип системности* – предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;

~ *принцип дифференциации* – предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям;

~ *принцип увлекательности* является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

~ *принцип коллективизма* – в коллективных творческих делах происходит развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу.

Отличительными особенностями и новизной программы является *системно-деятельностный подход* к воспитанию и развитию ребенка средствами театра, где школьник выступает в роли художника, исполнителя, режиссера, композитора спектакля;

принцип междисциплинарной интеграции – применим к смежным наукам (уроки литературы и музыки, литература и живопись, изобразительное искусство и технология, вокал и ритмика);

принцип креативности – предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности.

Педагогическая целесообразность данного курса для младших школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, обогатить словарный запас, сформировать нравственно - эстетические чувства, т.к. именно в начальной школе закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нравственные нормы поведения в обществе, формируется духовность.

Формы и методы работы

Форма занятий - групповая и индивидуальные занятия, со всей группой одновременно и с участниками конкретного представления для отработки дикции, мизансцены. Основными формами проведения занятий являются театральные игры, конкурсы, викторины, беседы, экскурсии в театр и музеи, спектакль как итоговый проект.

Постановки сказок, эпизодов из литературных произведений помогут постичь увлекательную науку театрального мастерства, приобрести опыт публичного выступления и творческой работы. Важно, что в театральном кружке дети учатся коллективной работе, работе с партнером, учатся общаться со зрителем, учатся работе над характерами персонажа, мотивами их действий, творчески преломлять данные текста или сценария на сцене. Дети учатся выразительному чтению текста, работе над репликами, которые должны быть

осмысленными и прочувствованными, создают характер персонажа таким, каким они его видят. Дети привносят элементы своих идей, свои представления в сценарий, оформление спектакля.

Кроме того, большое значение имеет работа над оформлением спектакля, над декорациями и костюмами, музыкальным оформлением. Эта работа также развивает воображение, творческую активность школьников, позволяет реализовать возможности детей в данных областях деятельности.

Важной формой занятий данного кружка являются экскурсии в театр, где дети напрямую знакомятся с процессом постановки спектакля. Совместные просмотры и обсуждение спектаклей, фильмов, посещение театров, выставок местных художников; устные рассказы по прочитанным книгам, отзывы о просмотренных спектаклях, сочинения.

Беседы о театре знакомят ребят в доступной им форме с особенностями реалистического театрального искусства, его видами и жанрами; раскрывает общественно-воспитательную роль театра. Все это направлено на развитие зрительской культуры детей.

Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме.

ФГОС нового поколения на всех ступенях образования выдвигает в качестве приоритетного личностно-ориентированный, компетентностный подход. Согласно новому подходу необходимо формировать у учащихся духовно-нравственную и творческую деятельность.

Театрализованная деятельность представляет собой органический синтез художественной литературы, музыки, танца, актерского мастерства и сосредотачивает в себе средства выразительности, имеющиеся в арсенале отдельных искусств, способствует развитию эстетического восприятия окружающего мира, детской фантазии, воображения, памяти, познавательных процессов, знания об окружающем мире и готовности к взаимодействию с ними.

Детям свойственно эмоциональное восприятие мира. В.А.Сухомлинский писал: «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии, творчества». Создать такой мир для детей и, что очень важно, вместе с ними, можно средствами театра.

Очевидно, что театр своей многомерностью, своей многоликостью и синтетической природой способен помочь ребенку раздвинуть рамки постижения мира, увлечь его добром, желанием делиться своими мыслями, умением слышать других, развиваться, творя (разумеется, на первых порах с педагогом) и играя.

Театральное искусство в настоящее время выступает как средство познания мира и тех качеств личности, которые определяют эстетические потребности человека. Через театральное искусство учащиеся входят в мир чувств, в их сознание входит добро и зло, представления о гуманизме, высших человеческих качествах: совести, чести, достоинстве.

Театральное искусство опирается на эмоциональную сферу человека, его душу, духовность и является «почвой», на которой могут произрастать духовный, нравственно-эстетический потенциал учащихся.

Ожидаемые результаты и формы их предъявления:

Предметными результатами является формирование следующих знаний и умений.

- Иметь представление об эстетических понятиях: эстетический идеал, эстетический вкус, мера, тождество, гармония
- Сформированность первоначальных представлений о роли театрального искусства в жизни и духовно – нравственном развитии человека;
- Ознакомление учащихся с выразительными средствами театрального искусства и освоение некоторых из них;
- Ознакомление учащихся с терминологией и классификацией театрального искусства;
- Первичное ознакомление учащихся с отечественной и мировой культурой;
- Получение детьми представлений о некоторых специфических формах художественной деятельности.

Личностными результатами является формирование следующих умений:

- формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области театрального искусства;
- воспитание уважительного отношения к творчеству, как своему, так и других людей;
- развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;
- формирование духовных и эстетических потребностей;
- овладение различными приёмами и техникой театральной деятельности;
- воспитание готовности к отстаиванию своего эстетического идеала;
- отработка навыков самостоятельной и групповой работы.
- называть и объяснять свои чувства и ощущения от созерцаемых произведений театрального искусства (кино, спектакли, мюзиклы), объяснять своё отношение к поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей;
- самостоятельно определять и объяснять свои чувства и ощущения, возникающие в результате созерцания, рассуждения, обсуждения, самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей);
- оценивать жизненные ситуации (поступки, явления, события) с точки зрения собственных ощущений (явления, события), в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие;
- в предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- проговаривать последовательность действий на занятии;
- учиться работать по предложенному плану;
- учиться отличать верно, выполненное задание от неверного;
- учиться совместно давать эмоциональную оценку своей деятельности и деятельности других;
- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;

- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией учебника;
- с помощью учителя объяснять выбор наиболее подходящих для выполнения задания материалов и инструментов;
- учиться готовить рабочее место и выполнять практическую работу по предложенному учителем плану с опорой на образцы;

Основой для формирования этих действий служит соблюдение технологии оценивания образовательных достижений.

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- делать предварительный отбор источников информации;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке изобразительного искусства; пользоваться памятками;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую – изделия, художественные образы.

Коммуникативные УУД:

- уметь пользоваться языком изобразительного искусства:
 - а) донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в действиях;
 - б) оформить свою мысль в устной и письменной форме;
- уметь слушать и понимать речь других;
- уметь выразительно читать и пересказывать содержание текста;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и на занятиях театрального искусства и следовать им;
- учиться согласованно, работать в группе:
 - а) учиться планировать свою работу в группе;
 - б) учиться распределять работу между участниками проекта;
 - в) понимать общую задачу проекта и точно выполнять свою часть работы;
 - г) уметь выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Межпредметные связи на занятиях по проектной деятельности:

- с уроками русского: запись отдельных выражений, предложений, абзацев из текстов изучаемых произведений;
- с уроками изобразительного искусства: оформление творческих работ, участие в выставках рисунков при защите проектов;
- с уроками информатики: работа с компьютерами и СМИ,
- с географией: работа с картами.

Личностные и метапредметные результаты

результаты	формируемые умения	средства формирования
личностные	• формировании у детей мотивации к обучению, о помощи им в самоорганизации и саморазвитии. • развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического и творческого мышления.	организация на занятии парно-групповой работы
Метапредметные результаты		
регулятивные	• учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; • планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане • осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;	• в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; • преобразовывать практическую задачу в познавательную; • проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве
познавательные	• умения учиться: навыках решения творческих задач и навыках поиска, анализа и интерпретации информации. • добывать необходимые знания и с их помощью проделявать конкретную работу. • осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы; - основам смыслового чтения художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из текстов разных видов; • осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;	• осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета
коммуникативные	• Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). • умение координировать свои усилия с	• учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;

	усилиями других. • формулировать собственное мнение и позицию; • договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; • задавать вопросы; • допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; • учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве	• понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы; • аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; • продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников; • с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия
--	---	--

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ

К концу года занятий школьник

должен знать:

1. Что такое театр
2. Чем отличается театр от других видов искусств
3. Как зародился театр
4. Какие виды театров существуют
5. Кто создаёт театральные полотна (спектакли)

иметь понятие:

1. Об элементарных технических средствах сцены
2. Об оформлении сцены
3. О нормах поведения на сцене и в зрительном зале

должен уметь:

1. Выражать свое отношение к явлениям в жизни и на сцене
2. Образно мыслить
3. Концентрировать внимание
4. Ощущать себя в сценическом пространстве

приобрести навык:

1. Общения с партнером (одноклассниками)
2. Элементарного актёрского мастерства
3. Образного восприятия окружающего мира
4. Адекватного и образного реагирования на внешние раздражители
5. Коллективного творчества

А также избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретает общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, чувство ответственности перед коллективом.

Диагностика достижения воспитательных результатов

Основными результатами воспитательной деятельности являются:

- ☐ способность к конструктивному совместному труду
- ☐ творческая активность
- ☐ отношения учащихся к культуре
- ☐ творческие работы учащихся, их достижения в отдельных видах искусства и культуры
- ☐ повышение уровня художественного восприятия произведений культуры, умение оценивать чужое творчество и давать адекватную оценку собственному
- ☐ развитие художественного вкуса
- ☐ приобретение речевых навыков

Критерии уровня подготовки учащихся к освоению программы Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
- нет задатков к исполнительскому театральному творчеству - отсутствие навыка произвольного внимания - необходимость многократного повторения материала - замкнутость, психологическая зажатость - быстрая утомляемость	- наличие интереса к обучению при отсутствии специальных способностей - существует первоначальный навык произвольного внимания - постепенное усвоение материала - средняя утомляемость	- есть задатки к театрально-исполнительской деятельности и интерес к занятиям - устойчивый навык произвольного внимания - инициативность, активность в выполнении заданий - работоспособность, увлечённость

Учебно-тематический план на год

№ п/п	Содержание программы	Всего часов
1.	Вводные занятия	1
2.	Театральная игра	5
3.	Культура и техника речи	6
4.	Ритмопластика	3
5.	Основы театральной культуры	3
6.	Работа над спектаклем, показ спектакля	16
7.	Заключительное занятие	1
	Итого:	35

3. Содержание тематического планирования

1 раздел. (1 час) Вводное занятие.

На первом вводном занятии знакомство с коллективом проходит в игре «Снежный ком». Руководитель кружка знакомит ребят с программой кружка, правилами поведения на кружке, с инструкциями по охране труда. В конце занятия - игра «Театр – экспромт»: «Колобок».

-Беседа о театре. Значение театра, его отличие от других видов искусств.

- Знакомство с театрами г.Москвы, г.Владимира (презентация)

2 раздел. (5 часов) Театральная игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку.

Задачи учителя. Учить детей ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке, строить диалог с партнером на заданную тему; развивать способность произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, запоминать слова героев спектаклей; развивать зрительное, слуховое внимание, память, наблюдательность, образное мышление, фантазию, воображение, интерес к сценическому искусству; упражнять в четком произношении слов, отрабатывать дикцию; воспитывать нравственно-эстетические качества.

3 раздел. (3 часа) Ритмопластика включает в себя комплексные ритмические, музыкальные пластические игры и упражнения, обеспечивающие развитие естественных психомоторных способностей детей, свободы и выразительности телодвижения; обретение ощущения гармонии своего тела с окружающим миром. Упражнения «Зеркало», «Зонтик», «Пальма».

Задачи учителя. Развивать умение произвольно реагировать на команду или музыкальный сигнал, готовность действовать согласованно, включаясь в действие одновременно или последовательно; развивать координацию движений; учить запоминать заданные позы и образно передавать их; развивать способность искренне верить в любую воображаемую ситуацию; учить создавать образы животных с помощью выразительных пластических движений.

4 раздел. (6 часов) Культура и техника речи. Игры и упражнения, направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата.

Задачи учителя. Развивать речевое дыхание и правильную артикуляцию, четкую дикцию, разнообразную интонацию, логику речи; связную образную речь, творческую фантазию; учить сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы; произносить скороговорки и стихи; тренировать четкое произношение согласных в конце слова; пользоваться интонациями, выражающими основные чувства; пополнять словарный запас.

5 раздел. (3 часа) Основы театральной культуры. Детей знакомят с элементарными понятиями, профессиональной терминологией театрального искусства (особенности театрального искусства; виды театрального искусства, основы актерского мастерства; культура зрителя).

Задачи учителя. Познакомить детей с театральной терминологией; с основными видами театрального искусства; воспитывать культуру поведения в театре.

6 раздел. (16 часов) Работа над спектаклем (стихотворением, пьесой, сказкой) базируется на авторских пьесах и включает в себя знакомство с пьесой, сказкой, работу над спектаклем – от этюдов к рождению спектакля. **Показ спектакля.**

Задачи учителя. Учить сочинять этюды по сказкам, басням; развивать навыки действий с воображаемыми предметами; учить находить ключевые слова в отдельных фразах и предложениях и выделять их голосом; развивать умение пользоваться интонациями, выражающими разнообразные эмоциональные состояния (грустно, радостно, сердито, удивительно, восхищенно, жалобно, презрительно, осуждающе, таинственно и т.д.); пополнять словарный запас, образный строй речи.

7 раздел. (1 часа) Заключительное занятие

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Отчёт, показ любимых инсценировок.

4. Календарно-тематический план (Приложение1)

5. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- Компьютер
- Мультимедийная система
- Экран
- костюмы, декорации, необходимые для работы над созданием театральных постановок;
- элементы костюмов для создания образов;
- пальчиковые куклы;
- сценический грим;
- видеокамера для съёмок и анализа выступлений.
- Электронные презентации «Правила поведения в театре», «Виды театрального искусства»
- Сценарии сказок, пьес, детские книги.

Список литературы для обучающихся

1. Е.Х. Афанасенко, С.А. Ключеева и др. Детский музыкальный театр. Программы, разработки занятий. Волгоград, «Учитель», 2008.
2. В.А. Гринер. Ритм в искусстве актера. М., 1992
3. Л. Дмитриева. Методика музыкального воспитания в школе. М., 1987
4. Н.В. Ключева. Учим детей общению. Ярославль, 1996.
5. М. Михайлова. развитие музыкальных способностей детей. М., 1997
6. Л. Михеева. Музыкальный словарь в рассказах. Москва.: Всесоюзное издательство «Советский композитор», 1984.
7. Л.Ю. Субботина. Развитие воображения у детей. Ярославль, 1996
8. В.П. Шильгави. Начнем с игры. Л., 1980.

Список литературы для учителя

1. Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы начального общего образования
2. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование (Стандарты второго поколения) под редакцией В.А.Горского. – М.: Просвещение, 2011.
3. Журнал «Вестник образования России» № 7/2006 г.
4. Л.С. Выготский. Воображение и творчество в детском возрасте. М., 1991.
5. Вопросы режиссуры детского театра. М., 1998.
6. А.П. Ершова. Уроки театра на уроках в школе. М., 1992.

Результаты и эффекты внеурочной деятельности учащихся.

Воспитательный результат внеурочной деятельности — непосредственное духовно-нравственное приобретение ребёнка благодаря его участию в том или ином виде деятельности.

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трём уровням.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни: приобретение школьниками знаний о правилах ведения экологического образа жизни; о принятых в обществе нормах отношения к природе, рисках и угрозах нарушения этих норм; о правилах продуктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом: развитие ценностных отношений в общении с другими людьми, стремление к коллективной творческой деятельности.

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия: приобретение опыта участия с крупных социально-экономических проектах на муниципальном и городском уровнях, опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта действий «командой» в преодолении конкурсных испытаний, опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

Достижение трёх уровней результатов внеурочной деятельности увеличивает вероятность появления *эффектов* воспитания и социализации детей, влияний (последствий) того или иного духовно-нравственного приобретения на процесс развития личности ребёнка. У учеников сформируются коммуникативная, этическая, социальная, гражданская компетентности и социокультурная идентичность в её страновом, этническом, гендерном и других аспектах.

Оценка планируемых результатов освоения программы

Результат реализации программы будет отслежен следующими методиками (Приложение 3):

Название методик.	Что отслеживается.
«Незавершенная сказка»	Выявление развития познавательных интересов и инициативы учащегося
Л. В. Байбородова	Уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности.
2. Методика: “Коммуникабельны ли Вы”.	Сформированность коммуникативных навыков;
3. Методика: “Самооценка эмоционального состояния”.	Эмоциональное состояние; Тревожность, спокойствие, энергичность, усталость.
4. Методика: “Личностный рост”.	Уровень подготовленности ребенка к ценностям. Отношение к культуре.
5. Методика: “Социометрическое изучение межличностных отношений в группе”.	Сплочённость группы.
6. Тест направленности личности Б. Басса	Необходимость выявить некоторые ценностные характеристики

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. ФГОС НОО (приложение к приказу Министерства образования и науки от октября 2009 г. № 373)
2. Аджиева, Е.М. 50 сценариев классных часов / Е.М.Аджиева, Л.А. Байкова, Л.К. Гребенкина, О.В. Еремкина, Н.А. Жокина, Н.В. Мартишина. – М.: Центр «Педагогический поиск», 2002. – 160 с.
3. Бабанский, Ю. К. Педагогика / Ю.К. Бабанский - М., 1988. - 626 с.
4. Безымянная, О. Школьный театр. Москва «Айрис Пресс» Рольф, 2001 г.-270 с.
5. Григорьев Д.В., Куприянов Б.В. Программы внеурочной деятельности. М., 2011.
6. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. М.,2010.
7. Ершова А.П. Влияние актерского творчества на всестороннее развитие школьника. // Сб. Нравственно-эстетическое воспитание школьников средствами театрального искусства.
8. Ершова А.П. Уроки театра в школе.
9. Караманенко Т.Н. Кукольный театр дошкольникам.
10. Корниенко, Н.А. Эмоционально-нравственные основы личности: Автореф.дис.на соиск.уч.ст.докт.психол.наук / Н.А.Корниенко – Новосибирск, 1992. – 55 с.
11. Кристи, Г.В. Основы актерского мастерства, Г.В Кристи /Советская Россия, 1970г.
12. Методическое пособие. В помощь начинающим руководителям театральной студии, Белгород, 2003 г.
13. Неменский Б.М. Распахни окно. Мысли художника об эстетическом воспитании.
14. Пирогова Л.И. Сборник словесных игр по русскому языку и литературе: Приятное с полезным. – М.: Школьная Пресса, 2003. – 144
15. Программа педагога дополнительного образования: От разработки до реализации /сост. Н.К. Беспятова – М.: Айрис- пресс, 2003. – 176 с. – (Методика).
16. Степанова, Е.Н. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации / Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 128с.
17. Сорокина, Н.Ф Учебно-методическое пособие Н.Ф. Сорокина «Играем в кукольный театр», г. Москва, изд. «АРКТИ», 2000 г.
18. Школа творчества: Авторские программы эстетического воспитания детей средствами театра – М.: ВЦХТ, 1998 – 139 с.

екомендуемый репертуар

1. Гуркова, А.Н. «О любви и в шутку и всерьез» из сборника А.Н. Гуркова «Школьный театр. Классные шоу-программы»/ серия «Здравствуй школа»
2. Гуркова, А.Н «Вечная сказка» (по мотивам сказки Е.Шварца) из сборника А.Н. Гуркова «Школьный театр. Классные шоу-программы»/ серия «Здравствуй школа».
3. Гуркова, А.Н. «Волшебник Изумрудного города» из сборника Гуркова А.Н. «Школьный театр. Классные шоу-программы»/ серия «Здравствуй школа»»
4. Гуркова, А.Н. «Кошкин Дом» из сборника Гуркова А.Н. «Школьный театр. Классные шоу-программы»/ серия «Здравствуй школа»»
5. Гуркова, А.Н. «Волшебные часы» из сборника Гуркова А.Н. «Школьный театр. Классные шоу-программы»/ серия «Здравствуй школа»»
6. Давыдова, М., Агапова, И. «Сапфиры принцесс» из сборника Давыдовой М., Агаповой И. Праздник в школе. Третье издание, Москва «Айрис Пресс», 2004 г.
7. Давыдова, М., Агапова, И. «Святочный калейдоскоп» из сборника Давыдовой М., Агаповой И. Праздник в школе. Третье издание, Москва «Айрис Пресс», 2004 г.
8. Давыдова, М., Агапова, И. «Венок из мертвых цветов» из сборника Давыдовой М., Агаповой И. Праздник в школе. Третье издание, Москва «Айрис Пресс», 2004 г.
9. Литературно-музыкальная гостиная «Ах, этот бал! Краше не было бала» из сборника «Школьные вечера и мероприятия» (сборник сценариев)- Волгоград.Учитель,2004г

ЛИТЕРАТУРА

1. По специфике театрально-исполнительского искусства

- 1.1. Акимов, Н.П. О театре. – М.;Л: Искусство, 1978
- 1.2. Гоголь, Н.В. Театральный разъезд после представления новой комедии: Приложение к «Ревизору»// Собр. Соч.: в 7 т.- М.: Художественная литература, 1984-1987. –Т.4.
- 1.3. Певцов, И.Н. Литературно-театральное наследие – М.: ВТО, 1978.
- 1.4. Станиславский, К.С. Статьи. Речи. Беседы. Письма.- М.: Искусство, 1953.
- 1.5. Станиславский, К.С. Собрание сочинений: в 8 т.- М.: Искусство, 1954-1961.
- 1.6. Товстоногов, Г.А. Зеркало сцены: в 2 т.- 2-е издание – Л.: Искусство, 1984.- Т.2; Статьи, записи репетиций.
- 1.7. Топорков, В.О. Станиславский на репетиции. – М.: Искусство, 1949.
- 1.8. Топорков, В.О. Четыре очерка о К.С.Станиславском.- М.: Советская Россия, 1963.
- 1.9.Чехов, А.П. Литературное наследие: В 2 т.-М.: Искусство, 1986.-Т.2: Об искусстве актёра.
- 1.10.Щепкин, М.С. Жизнь и творчество: В 2т.- М.: Искусство, 1984.

2. По художественной педагогике

- 2.1. Гиппиус, С.В. Гимнастика чувств.- Л.; М.: Искусство, 1967.
- 2.2. Горчаков, Н.М. Режиссёрские уроки Станиславского.- 2-е издание –М.: Искусство, 1951.
- 2.3. Горчаков, Н.М. Станиславский о работе режиссёра с актёрами.-М.: ВТО, 1958
- 2.4. Данилов, Г. Не убить Моцарта!- М.: Педагогика, 1986.
- 2.5. Ершов, П.М. Технология актёрского искусства. -2-е издание- М.: РОУ, 1992.
- 2.6. Ершов, П.М. Режиссура как практическая психология: (Взаимодействие людей в жизни и на сцене).- М.: Искусство, 1972.
- 2.7. Ершова, А.А., Букатов, В.М. Актёрская грамота – подросткам.- М., 1994.
- 2.8. Ершова, А.А., Букатов, В.М. Возвращение к таланту: Педагогам о социо-игровом стиле работы.- М.: АКМЭ, 1995.
- 2.9. Коган, Г. У врат мастерства.- М.: Музыка, 1969.
- 2.10.Кристи, Г.В. Воспитание актёра школы Станиславского.- М.: Искусство, 1978.
- 2.11.Лукьянова, Е.А. Дыхание в хореографии.- М.: Искусство,1979.
- 2.12. Нейгауз, Г.Г. Размышления, воспоминания, дневники. Избранные статьи. Письма к родителям.- 2-е издание.- М.: Прогресс, 1978.
- 2.13.Неменский, Б.М. Мудрость красоты: О проблемах эстетического воспитания: книга для учителя.- М.: Просвещение, 1981.
- 2.14.Родари, Дж. Грамматика фантазии: Введение в искусство придумывания историй.- М.: Прогресс, 1978.

- 2.15.Топорков, В.О. О технике актёра.- 2-е издание,- М.: ВТО, 1959.
- 2.16.Уткин,Б.И.Воспитание профессионального слуха музыканта в училище.- М.: Музыка, 1985.
- 2.17.Щетинин, М.П. Объять необъятное: Записки педагога,- М.: педагогика, 1986.

3. По истории театра

- 3.1. Детская энциклопедия для среднего и старшего возраста. Искусство. Том 12.- М.: Просвещение, 1968.
- 3.2. Древо познания. Универсальный иллюстрированный справочник для всей семьи.- Маршалл Квендиш, 2003

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема	Основное содержание занятия	Колич ест-во часов	Формы и методы работы	Вид деятельности	Виды контроля	Примечание
1	Вводное занятие.	Задачи и особенности занятий в театральном кружке, коллективе. Игра «Театр – экспромт»: «Колобок».	1	беседа	Решение организационных вопросов.		Понятие «экспромт»
2	Здравствуй, театр!	Дать детям возможность окунуться в мир фантазии и воображения. Познакомить с понятием «театр». Знакомство с театрами Москвы, Владимира (презентация)	1	Фронтальная работа	Просмотр презентаций	текущий	Возможно использование Интернет- ресурсов
3	Театральная игра	Как вести себя на сцене. <i>Учить детей ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке.</i> Учимся строить диалог с партнером на заданную тему.	1		Знакомство правилами поведения на сцене	предварительный	Понятие «рифма»

		Учимся сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы.						
4-5	Репетиция постановки	Работа над темпом, громкостью, мимикой на основе игр: «Репортаж с соревнований по гребле», «Шайба в воротах», «Разбилась любимая мамина чашка».	2	Индивидуальная работа	Распределение ролей	Показ сказки		
6	В мире пословиц.	Разучиваем пословицы. Инсценировка послов. Игра-миниатюра с пословицами «Объяснялки»	1	Индивидуальная работа	Показ презентации «Пословицы в картинках»		Интернет-ресурсы	
7	Виды театрального искусства	Рассказать детям в доступной форме о видах театрального искусства. Упражнения на развитие дикции (скороговорки, чистоговорки). Произнесение скороговорок по очереди с разным темпом и силой звука, с разными интонациями. Чтение сказки Н.Грибачёва «Заяц Коська и его друзья». Инсценирование	1	Словесные формы работы	Презентация «Виды театрального искусства»	соревнование	Интернет ресурсы	-

		понравившихся диалогов.						
8	Правила поведения в театре	Познакомить детей с правилами поведения в театре Как вести себя на сцене. <i>Учить детей ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться на площадке.</i> Учимся строить диалог с партнером на заданную тему	1	игра	Электронная презентация «Правила поведения в театре»	Рольная игра: «Мы в театре»	Правила диалога	
9-11	Кукольный театр.	Мини-спектакль с пальчиковыми куклами.	3	Отработка дикции		Показ сказки		
12	Театральная азбука.	Разучивание скороговорок, считалок, потешек и их обыгрывание	1	Индивидуальная работа	соревнование	тематический		
13	Театральная игра «Сказка, сказка, приходи».	Викторина по сказкам	1	Фронтальная работа	Отгадывание заданий викторины		Электронная презентация	
14-16	Инсценирование мультсказок По книге «Лучшие мультяшки малышам»	Знакомство с текстом, выбор мультсказки, распределение ролей, диалоги героев.	3	Фронтальная работа	Распределение ролей, работа над дикцией, выразительностью	Показ сказки гостям		
17	Театральная игра	Учимся развивать зрительное, слуховое	1	Групповая работа,	Дети	итоговый		

		внимание, наблюдательность. Учимся находить ключевые слова в предложении и выделять их голосом.		словесные методы	самостоятельно разучивают диалоги в микрогруппах		
18	Основы театральной культуры	Театр - искусство коллективное, спектакль - результат творческого труда многих людей различных профессий Музыкальные пластические игры и упражнения	1	Групповая работа, поисковые методы	Подбор музыкальных произведений к знакомым сказкам	фонохрестоматия	
19-21	Инсценирование народных сказок о животных.	Знакомство с содержанием, выбор сказки, распределение ролей, диалоги героев, репетиции, показ	3	Фронтальная работа, словесные методы	Работа с текстом сказки: распределение ролей, репетиции с пальчиковыми куклами	Отработка умения работать с пальчиковыми куклами	
22	Чтение в лицах стихов А. Барто, И.Токмаковой, Э.Успенского	Знакомство с содержанием, выбор литературного материала, распределение ролей, диалоги героев, репетиции, показ	1	Индивидуальная работа	Конкурс на лучшего чтеца	Текущий	
23	Театральная игра	Игры на развитие образного мышления, фантазии, воображения,	1	Групповая работа. Методы	Разучиваем игры-	Что такое	

		интереса к сценическому искусству. Игры-пантомимы.		поисковые, наглядные	пантомимы		пантомима
24-27	Постановка стихотворения «Багаж» С. Михалкова	Знакомство с содержанием, распределение ролей, диалоги героев, репетиции, показ	4	Словесные и наглядные методы	Репетиции, подбор костюмов, реквизита	Итоговый – выступление перед гостями	
28-29	Культура и техника речи Инсценирование постановки	Упражнения на постановку дыхания (выполняется стоя). Упражнения на развитие артикуляционного аппарата. 1. Упражнения «Дуем на свечку (одуванчик, горячее молоко, пушинку)», «Надуваем щёки». 2. Упражнения для языка. Упражнения для губ. »Радиотеатр; озвучиваем сказку (дует ветер, жужжат насекомые, скачет лошадка и т. п.). Знакомство с содержанием сказки, распределение ролей, диалоги героев, репетиции, показ	2	Словесные и наглядные методы. Групповая работа	Работа над постановкой дыхания. Репетиция сказки		
30	Ритмопластика	Создание образов с помощью жестов, мимики. Учимся создавать образы животных с помощью выразительных	1	Наглядные методы	Работа над созданием образов животных с помощью жестов	текущий	

		пластических движений.				и мимики		
30-34	Инсценирование постановки	Чтение сказок, распределение ролей, репетиции и показ	4	Словесные и наглядные методы	Репетиции, подбор костюмов, реквизита	Итоговый выпуск перед гостями		
35	Заключительное занятие.	Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Отчёт, показ любимых инсценировок.	1	Фронтальная работа. Словесные методы	«Капустник» - показ любимых инсценировок	Заключительный	Просмотр фото и видеозаписи выступлений детей в течении года	
	Итого:		34					

Методики для отслеживания результатов реализации программы

Проба на познавательную инициативу «Незавершенная сказка»

Цель: выявление развития познавательных интересов и инициативы школьника.

Оцениваемые универсальные учебные действия: действие смыслообразования, устанавливающее значимость познавательной деятельности для ребенка; коммуникативное действие — умение задавать вопрос.

Метод оценивания: чтение незавершенной сказки в индивидуальном обследовании.

Описание задания: ребенку читают незнакомую ему сказку и на кульминационном моменте прекращают чтение. Психолог выдерживает паузу. Если ребенок молчит и не проявляет заинтересованности в продолжении чтения сказки, психолог задает ему вопрос: «Ты хочешь у меня что-то спросить?»

Критерии оценивания:

1. Интерес к сказке и инициатива, направленная на то, чтобы взрослый продолжил чтение сказки.
2. Адекватность высказывания, направленного на то, чтобы инициировать взрослого продолжить чтение сказки.

Уровни оценивания:

1. Низкий уровень: ребенок не проявляет интереса к чтению сказки, не задает вопросов.
2. Средний уровень: ребенок проявляет интерес к сказке, но инициатива в продолжении чтения отсутствует; после дополнительного вопроса психолога спрашивает, чем закончилась сказка; с интересом выслушивает развязку.
3. Высокий уровень: ребенок проявляет выраженный интерес к сказке, сам задает вопросы, настаивает на том, чтобы взрослый дочитал сказку до конца.

Методика самооценки эмоциональных состояний (А.Уэссман и Д.Рикс)

Шкалы: спокойствие - тревожность, энергичность - усталость, приподнятость - подавленность, уверенность в себе - беспомощность. Назначение теста

Самооценка эмоциональных состояний.

Инструкция к тесту

Выберите в каждом из предложенных наборов суждений то, которое лучше всего описывает ваше состояние сейчас. Номер суждения, выбранного из каждого набора, запишите в соответствующей строке для ответов».

Базовый материал

Спокойствие – тревожность

- 10. Совершенное спокойствие. Непокколебимо уверен в себе.

- 9. Исключительно хладнокровен, на редкость уверен и не волнуюсь.
- 8. Ощущение полного благополучия. Уверен и чувствую себя непринужденно.
- 7. В целом уверен и свободен от беспокойства.
- 6. Ничто особенно не беспокоит меня. Чувствую себя более или менее непринужденно.
- 5. Несколько озабочен, чувствую себя скованно, немного встревожен.
- 4. Переживаю некоторую озабоченность, страх, беспокойство или неопределенность. Нервозен, волнуюсь, раздражен.
- 3. Значительная неуверенность. Весьма травмирован неопределенностью. Страшно.
- 2. Огромная тревожность, озабоченность. Изведен страхом.
- 1. Совершенно обезумел от страха. Потерял рассудок. Напуган неразрешимыми трудностями.

Энергичность – усталость

- 10. Порыв, не знающий преград. Жизненная сила выплескивается через край.
- 9. Бьющая через край жизнеспособность, огромная энергия, сильное стремление к деятельности.
- 8. Много энергии, сильная потребность в действии.
- 7. Чувствую себя свежим, в запасе значительная энергия.
- 6. Чувствую себя довольно свежим, в меру бодр.
- 5. Слегка устал. Леность. Энергии не хватает.
- 4. Довольно усталый. В запасе не очень много энергии.
- 3. Большая усталость. Вялый. Скудные ресурсы энергии.
- 2. Ужасно утомлен. Почти изнурен и практически не способен к действию. Почти не осталось запасов энергии.
- 1. Абсолютно выдохся. Неспособен даже к самому незначительному усилию.

Приподнятость – подавленность

- 10. Сильный подъем, восторженное веселье.
- 9. Возбужден, в приподнятом состоянии. Восторженность.
- 8. Возбужден, в хорошем расположении духа.
- 7. Чувствую себя очень хорошо. Жизнерадостен.
- 6. Чувствую себя довольно хорошо, «в порядке».
- 5. Чувствую себя чуть-чуть подавленно, «так себе».
- 4. Настроение подавленное и несколько унылое.
- 3. Угнетен и чувствую себя очень подавленно. Настроение определенно унылое.
- 2. Очень угнетен. Чувствую себя просто ужасно.
- 1. Крайняя депрессия и уныние. Подавлен. Все черно и серо. Уверенность в себе – беспомощность.

Уверенность в себе – беспомощность

- 10. Для меня нет ничего невозможного. Смогу сделать все, что хочу.
- 9. Чувствую большую уверенность в себе. Уверен в своих свершениях.
- 8. Очень уверен в своих способностях.
- 7. Чувствую, что моих способностей достаточно и мои перспективы хороши.

- 6. Чувствую себя довольно компетентным.
- 5. Чувствую, что мои умения и способности несколько ограничены.
- 4. Чувствую себя довольно неспособным.
- 3. Подавлен своей слабостью и недостатком способностей.
- 2. Чувствую себя жалким и несчастным. Устал от своей некомпетентности.
- 1. Давящее чувство слабости и тщетности усилий. У меня ничего не получится.

Обработка результатов теста

Измеряются следующие показатели:

- **И1** – «Спокойствие – тревожность».
- **И2** – «Энергичность – усталость».
- **И3** – «Приподнятость – подавленность».
- **И4** – «Чувство уверенности в себе – чувство беспомощности».

Индивидуальная самооценка И – равняется номеру суждения, выбранного испытуемым из соответствующей шкалы.

- **И5** – Суммарная (по четырем шкалам) оценка состояния:

И5 = И1 + И2 + И3 + И4, где

- **И1, И2, И3, И4** – индивидуальные значения по соответствующим шкалам.

Источники

- *Методика самооценки эмоциональных состояний (А. Уэссман и Д. Рикс)/ Сонин В.А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности. – СПб., 2004. С.94-96.*
- *Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. СПб., 2001.*