



Задание на 31 марта 2020

Детское объединение: молодежный театр-студия «Без маски»

Базовый уровень (3,4 группы)

Тема: Артистическая смелость

Цель: Расширение эмоциональной палитры ощущений

Задачи:

1. Умение работать с «мышечным контролером»
2. Отработка умения сосредоточиться на самом себе, своих нервах, мышцах, эмоциях

Задание:

1. Необходимо накрыть голову и лицо платком так, чтобы вам было удобно двигаться
2. Произнесите вслух громко и четко слово «Свобода», всем телом рывком передайте это ощущение и замрите. Так продемонстрируйте все перечисленные далее слова-состояния:
Защита, Знакомство, Страх, Сила, Неожиданность
3. Снимите короткое (не более минуты) видео и отправьте его по Вотсап или на почту bme777@mail.ru

Методические рекомендации:

Сначала не снимайте, попробуйте, разомните свое тело. Найдите то положение туловища, рук, ног, головы, в котором вы будете ощущать эти слова, а может быть, даже вспомните какие-то события из жизни.

Педагог: Боженкова Марина Евгеньевна