**Ребята, мы продолжаем занятия по актерскому мастерству.**

**Тема занятия: «Ритмопластика».**

Сегодня, я предлагаю заняться ритмическими и пластическими играми.

**Игра «ТЮЛЬПАН»**

**Цель***.*Развивать пластику рук.

*Ход игры.*Дети стоят в основной стойке, руки внизу, ладони вниз, средние пальцы соединены.

*1. Утром тюльпан. С*оединяя ладони, поднять руки *раскрывается*к подбородку, раскрыть ладони, локти соединить.

2. *На ночь закрывается. С*оединяя ладони, опустить руки вниз.

3. *Тюльпанное дерево. В*низу соединить тыльные стороны ладоней и поднимать руки над головой.

4. *Раскидывает свои ветви.*Руки сверху раскинуть в стороны, ладони вверх.

5. *И осенью листики* *опадают.*Повернуть ладони вниз и мягко отпускать вниз, чуть перебирая пальцами.

**«ОСЬМИНОГ»**

**Цель***.*Развивать пластику рук, координацию движений.

*Ход игры.*Руки в стороны, ладони вперед, основная стойка. Мягко скрестить руки в запястьях перед грудью и плавно от­вести в стороны. Повторить четыре раза, сверху то правая, то левая рука. Мягко скрестить руки на груди, как бы стараясь обхватить себя руками, плавно развести в стороны. Повторить четыре раза, чередуя положение рук.

**«ЕЖИК»**

**Цель***.*Развитие координации движений, ловкости, чувства ритма.

*Ход игры.* Лежим на спине, руки вытянуты вдоль голо­вы, носки ног вытянуты.

1. *Ежик съежился, свернулся.*Согнуть ноги в коленях, прижать к животу, обхватить их руками,

нос в колени.

2. *Развернулся...*Вернуться в исходное положение.

3. *Потянулся.*Поворот на живот через правое плечо.

4. *Раз, два, три, четыре, пять...*Поднять прямые руки и ноги  вверх, потянуться за руками.

5. *Ежик съежился опять!..*Поворот на спину через левое плечо, обхватить руками ноги, согну­тые в коленях, нос в колени.

**«ПОЛЗУЩИЕ ЗМЕИ»**

**Цель***.*Развивать гибкость, пластическую выразительность.

*Ход игры.*Стать на колени и, прогнув спину, как можно даль­ше вытянуть руки вперед, прижимаясь грудью к полу. Затем подтянуть ноги («хвост») и снова продвинуться вперед. Харак­тер движения волнообразный и непрерывный. Змеи могут изги­баться в разные стороны, пластически общаться, артикулировать звуки «с-с-с-с-с-с-с», «ш-ш-ш-ш-ш-ш-ш», «щ-щ-щ-щ-щ-щ-щ», «ч-ч-ч-ч-ч-ч-ч» (1-й вид выдыхания).

**Выполняем упражнения. Желаю удачи!**