

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 8
_____Вершинина О.С.
Пр. № 73/3од от 15.09.20223г.

Персонализированная программа наставничества № 1 для молодого (начинающего) педагога на 2023-2024 год.

Введение.

У многих педагогов, которые только начинают свою трудовую деятельность, возникают некоторые сложности в общении с родителями, детьми, коллективом. А также начинающие педагоги испытывают неуверенность в себе, сильное волнение и страх перед публичными выступлениями, в роли ведущих и в роли различных сказочных персонажей на детских утренниках. Все эти трудности могут быть следствием недостаточно высокого уровня коммуникативной компетентности, закрепощенности, эмоциональной зажатости.

Данная программа поможет в решении этих проблем, посредством применения технологий актерского мастерства.

Технологии актерского мастерства способствуют развитию не только актерских способностей, но и позволяют освободиться от излишних комплексов и зажимов. Давая возможность педагогу раскрыться и пробудить свои скрытые таланты, программа способна помочь педагогу в его общении и взаимодействии с другими людьми.

Программа ориентирована как для молодых, так и педагогов со стажем, желающих повысить свою коммуникативную компетентность.

Цель: развитие коммуникативных компетенций педагога, посредством технологий актерского мастерства.

Задачи:

-способствовать развитию коммуникативных компетенций педагога;

- научиться избавляться от страха перед публичными выступлениями;
- раскрыть творческий потенциал педагога.

Основные формы и методы работы наставника с наставляемым:

- анкетирование
- беседы
- тесты
- комплекс упражнений
- театрализованные игры
- коммуникативные игры
- домашние задания

Занятия могут проходить как индивидуально с наставляемым, так и в подгруппах или в группах.

Предполагаемый результат:

- у педагога повысится уровень коммуникативной компетенции,
- появится уверенность перед публичными выступлениями
- раскроется творческий потенциал, умение эмоционально проигрывать любые роли.

Молодой (начинающий) воспитатель: Сокольвак Елена Александровна,
Семенихина Елизавета Сергеевна
Педагог-наставник: Лайкова Светлана Владимировна.

План мероприятий по реализации программы «Развитие коммуникативных компетенций педагога, посредством технологий актерского мастерства»

Сроки	Содержание	Формы организации
Октябрь 2023	<p>1 урок.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с планом мероприятий на год. 2. Выявление слабых сторон коммуникативной компетентности педагога. 3. Коммуникативные игры для создания благоприятной атмосферы. <p>2 урок</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Что включают в себя «Основы актерского мастерства» 2. Игры на развитие актерских способностей: тембральная окраска, сохранение образа, развитие памяти, ассоциации упражнения на внимание. 3. Скороговорки, для улучшения произношения и беглости речи; распевки, для развития голоса. 4. Выбор стихотворения для декламации. 	<p>Анкета, наблюдения, беседа.</p> <p>Практика.</p> <p>Практика.</p> <p>Домашнее задание.</p>
Ноябрь 2023	<p>3 урок</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учимся говорить. Упражнения на развитие самого голоса, его силы, подвижности и благозвучности, упражнения для развития дикции 2. Способы и методы преодоления страха перед выступлением на публике. 3. Упражнения на развитие коммуникативных навыков, для самовыражения, взаимного сотрудничества 4. Тест на проверку самооценности. 5. Декламация стихов. <p>4 урок</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения на развитие актерских способностей, работа с жестами, мимикой. 2. Декламация стихов. Разбор. 3. Актерское пение 4. Выбор песни. 	<p>Практика</p> <p>Беседа и практика.</p> <p>Практика</p> <p>Домашнее задание.</p> <p>Практика</p> <p>Беседа</p> <p>Домашнее задание.</p>
Декабрь 2023	<p>5 урок</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пластические упражнения и этюды, для развития воображения, умения перевоплощаться. 2. Проработка упражнения «Тело-эмоции» 3. Исполнение песни. 4. Сценическая речь. <p>6 урок</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Игровая импровизация-упражнения, для избавления стереотипного мышления и поведения. 2. Упражнения и распевки на улучшение дикции, речи и развитие силы и красоты голоса. 3. Исполнение песни. 	<p>Практика</p> <p>Домашнее задание по изучению материала</p> <p>Практика</p>

<p>Январь 2024</p>	<p>7 урок 1. Речевая разминка, артикуляционная гимнастика, упражнения-игры, направленные на развитие интонации, на напряжение и расслабление всех мышц тела. 2. Знакомство с понятием «театральный этюд» 3. Этюды-пантомимы 4. Придумать этюд</p> <p>8 урок 1. Тренинг визуальных и ассоциативных впечатлений. Упражнения на развитие зрительной памяти и внутреннего видения. 2. Разыгрывание этюдов 3. Создание образа уверенного человека</p>	<p>Практика</p> <p>Беседа Практика Домашнее задание</p> <p>Практика</p> <p>Беседа</p>
<p>Февраль 2024</p>	<p>9 урок 1. Практика уверенности в себе. Упражнение «Обретение уверенности в себе» 2. «Поза. Походка. Взгляд» - проработка 3. Этюды-задания по актерскому мастерству. Наблюдения.</p> <p>10 урок 1. Упражнения для снятия мышечных зажимов 2. Упражнение «Погружение в предлагаемых обстоятельства» 3. Показ этюдов</p>	<p>Практика</p> <p>Домашнее задание</p> <p>Практика</p>
<p>Март 2024</p>	<p>11 урок 1. Правила уверенного поведения 2. Дыхательные упражнения, для снятия страха перед выступлением 3. Игра в перевоплощения. 4. Создание образов персонажей</p> <p>12 урок 1. Умение воспринимать критику. 2. «Создание образов персонажей» - разбор домашнего задания 3. Образное перевоплощение в танце, для совершенствования свободы и пластики танцевальных движений.</p>	<p>Беседа, тест Практика</p> <p>Домашнее задание.</p> <p>Беседа Практика</p>
<p>Апрель 2024</p>	<p>13 урок 1. Эмоции. Как они могут помочь или мешать работе. 2. «Голос уверенного человека» - упражнения 3. Игра «Погружение в предлагаемые обстоятельства» 4. Упражнения для снятия усталости. 5. Презентация себя.</p> <p>14 урок 1. Игры на развитие артистизма и импровизации 2. Формирование мышления победителя 3. Творческий номер</p>	<p>Беседа</p> <p>Практика</p> <p>Домашнее задание</p> <p>Практика Беседа Домашнее задание</p>

Май 2024	15 урок 1. Упражнения, для снятия телесных и лицевых зажимов. 2. Творческий номер (на выбор) 3. Подведение итогов.	Практика Беседа
-------------	---	------------------------

Коммуникативные игры и упражнения.

«Верю-не верю», «Визитка-предмет», «Кто самый заметный», «Давай дружить», «Добрые слова», «Крокодил», «Попробуй переубедить», «Оригами», «Угадай эмоцию», «Язык тела».

Комплекс игр и упражнений, направленных на развитие актерских способностей.

На развитие тембра (высоты) и силы голоса:

«Повтори так же», «Измени голос», «Колокольчик», «Кью-икс», «Выдох-стон», «Протяжные слоги», «Этажи».

На развитие внимания и памяти:

«Пространственное скоростное сравнение», «Острый глаз», «Скульптурные копии», «Ищу друга», «Отставай, но поспевай», «Путаница», «Пристройки», «Наблюдательность», «Повтори».

На развитие воображения:

«Маленькая сказка», «Превращения», «Сад скульптур», «Предметы в действии», «Церемония»

На развитие мимики и жестов:

«Малый театр эмоций», «Большой театр эмоций», «Настроение».

Пластические упражнения и этюды:

«Игра в жесты», «Насос и надувная кукла», «Скульптор и глина», «Марионетки», «Оправдание позы», «Тень», «Зеркало»

Упражнения на расслабление мышц:

«Дыхательные упражнения», «Лимон», «Вибрация» (для расслабления мышц рук), «Палуба», «Лошадки» (для расслабления мышц ног), «Упражнения на релаксацию» (мышечное расслабление).