**Игра «Насос и мяч»**

*Игра-импровизация «Насос и мяч» вырабатывает навык взаимодействия.*

Это упражнение входит в большинство тренингов на снятие зажима, такие актерские трюки помогают убрать напряжение, учат перевоплощению, концентрации внимания.

**Практические занятия проходят в парах.** Напротив ребенка может стать кто-то из родителей, ведущий или, например, одноклассник. Никакого дополнительного инвентаря не требуется. Главное – правильно понять задачу, включить фантазию и проявить свои творческие способности с первых минут.

**Распределение ролей:** один из участников будет Насосом, второй – полиэтиленовым Мячом.

Все начинается с того, что сдутый Мяч сидит на корточках, наклонив голову и опустив руки. Его поза говорит о том, что мячик неподвижный, безжизненный, обмякший. Второй игрок делает вид, что надувает Мячик насосом. Тот в свою очередь постепенно встает, разбухает, становится большим и упругим. Руки при этом поднимаются, щеки надуваются, грудная клетка наполняется воздухом, ноги становятся крепче. Одновременно с двигательной активностью участник-Мяч меняет выражение лица, проявляя эмоции удивления, радости, гордости за себя.

Когда Мячик будет надут, Насос переходит к оценке результата. Он критически осматривает свою работу, недовольно качает головой, понимая, что перекачал. «Выдергивает» шланг и наш раздутый товарищ начинает сдуваться, постепенно возвращаясь в исходное положение. Затем участники тренинга актерского мастерства меняются ролями.

**По окончании занятия следует задать вопросы:**

* Что помогло сыграть роль мячика?
* Тяжело ли было перевоплотиться?
* Что ты чувствовал?
* Помог ли тебе твой товарищ? Как?
* Тяжело ли тебе было понять, что он собирается делать дальше?
* На чем было сконцентрировано твое внимание?
* Видел ли ты, что происходило вокруг или был полностью сосредоточен на выполнении задания?
* Как ты считаешь, все ли у вас получилось?

**Подведем итоги.**Ответы на вопросы приводят к пониманию того, насколько важно уметь концентрировать внимание. Ведь это упражнение выполнялось без слов. При этом чаще всего обе стороны отмечают, что им не мешал ни посторонний шум, ни эмоции зрителей. Их мало волновало, как они выглядят, не смешно ли смотрятся со стороны. Главной целью было получить результат. Так, посредством актерского мастерства, школьники учатся активно взаимодействовать, понимать друг друга с полувзгляда, выполнять задания в любых, даже неблагоприятных, сложных условиях.

**Когда роль Мяча не совсем удалась**, и у героя не получилось справиться с задачей перевоплощения, обязательно отметьте его старание. Это важно. Он тоже заслужил положительной оценки!  Для более замкнутых ребят это станет первым шагом на пути к развитию навыка раскрепощения и взаимодействия.