Программа лагерной смены

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 15.08 | 10.00-13.00 – оргсбор, определение целей и задач  Тренинг – «Дыхание – наше все» (дыхательная разминка с элементами Стрельниковой, внимание, концентрация, выразительное молчание) | 14.00 – экскурсия в музей Дворца пионеров |
| 16.08 | 10.00 – 13.00 – «Руки и выразительность голоса» (мимика и жесты, гибкость пальцев, пластичность рук) | 14.00 – спортзал (силовые упражнения для рук) |
| 17.08 | 10.00 – 13.00 – Тренинг «Говори правильно и будешь услышан» (дикция, выразительность чтения) | 14.00 – интеригра в библиотеке |
| 18.08 | 10.00 – 13.00 – Тренинг «Надежная опора» (позвоночник, пластика тела, ноги) | 14.00 – спортзал (силовые упражнения для ног) |
| 19.00 | 10.00 – 13.00 – Тренинг «Я и мои фантазии» (внутреннее видение, фантазия и воображение) | 14.00 – подведение итогов недели |