

99 个

戏剧教育 实践练习

著 [德] 芭芭拉·米勒

[德] 希尔穆特·沙夫豪森

译 王琳娜

99 THEATER-
SPIELE

Übungen für die
theaterpädagogische Praxis

Barbara Müller Helmut Schafhausen



westermann



文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

戏剧表演——是严肃的工作与快乐愉悦最美妙的结合之一。孩子和青少年尤其容易受到戏剧的启发，并且很喜欢这种游戏式的工作形式。本书邀大家一起用一种既简单又轻松的方式把戏剧游戏融入到学校、青少年工作以及其他的日常活动中去，有针对性地去引发、挑战所有参与者的想象力和创造力。

在游戏过程中，大家将从轻松的方式中体会到，这并不是对个人能力的检验，而是可以帮助大家摆脱顾虑和恐惧，建立对自身的信任，逐渐培养出对表演的自信和乐趣的方式。对表演指导者和其他参与者皆有益的是，把游戏拆分成切实可行的几个步骤。在完成练习的过程中，表演指导者既要保持游戏的特性，又要避免对参与者提出过高的要求。

本书所提供的游戏和步骤，在其他的大型项目和活动中可以作为入门和起始练习来使用。

westermann



ISBN 978-7-5039-6554-8



9 787503 965548 >

定价：48.00元

99 个

戏剧教育 实践练习

译 王琳娜

99 THEATER-
SPIELE

Übungen für die
theaterpädagogische Praxis

Barbara Müller Helmut Schafhausen

文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

99个戏剧教育实践练习/[德]芭芭拉·米勒,[德]希尔穆特·沙夫豪森著;王琳娜译. —北京:文化艺术出版社, 2018.9

ISBN 978-7-5039-6554-8

I. ①9… II. ①芭… ②希… ③王… III. ①戏剧教育—教育研究—中小学—德国 IV. ①J891

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第198153号

版权登记号:01—2018—6516

99个戏剧教育实践练习

著者 [德]芭芭拉·米勒 [德]希尔穆特·沙夫豪森

译者 王琳娜

责任编辑 田甜

书籍设计 周子鉴

出版发行 **文化艺术出版社**

地址 北京市东城区东四八条52号(100700)

网址 www.caaph.com

电子邮箱 s@caaph.com

电话 (010) 84057666 (总编室) 84057667 (办公室)

84057696—84057699 (发行部)

传真 (010) 84057660 (总编室) 84057670 (办公室)

84057690 (发行部)

经销 新华书店

印刷 国英印务有限公司

版次 2019年3月第1版

印次 2019年3月第1次印刷

开本 787毫米×1092毫米 1/16

印张 8

字数 100千字

书号 ISBN 978-7-5039-6554-8

定价 48.00元

版权所有,侵权必究。如有印装错误,随时调换。

中央高校基本科研业务费专项资金资助(中央戏剧学院院内科研项目:适用于戏剧教育实践的99个戏剧-表演练习。项目批准号 YN1513)

Title of the original, german edition:

EinFach Deutsch Unterrichtsprojekt:

99 Theater-Spiele Übungen für die theaterpädagogische Praxis

ISBN 978-3-14-022434-5

Editor: Johannes Diekhans

Authors: Barbara Müller, Helmut Schafhausen

© 2003, Bildungshaus Schulbuchverlage

Westermann Schroedel Diesterweg Schöningh Winklers GmbH,

Braunschweig, Germany

Simplified Chinese translation copyright © (2019) by Culture and

Art Publishing House

ALL RIGHTS RESERVED



一份邀约

戏剧表演——是严肃的工作与快乐愉悦最美妙的结合之一。孩子和青少年尤其容易受到戏剧的启发，并且很喜欢这种游戏式的工作形式。本书邀大家一起用一种既简单又轻松的方式把戏剧游戏融入学校、青少年工作以及其他的日常活动中去，有针对性地去引发、挑战所有参与者的想象力和创造力。

在游戏过程中，大家将从轻松的方式中体会到，这并不是对个人能力的检验，而是可以帮助大家摆脱顾虑和恐惧，建立对自身的信任，逐渐培养出对表演的自信和乐趣的方式。对表演指导者和其他参与者皆有益的是，把游戏拆分成切实可行的几个步骤。在完成练习的过程中，表演指导者既要保持游戏的特性，又要避免对参与者提出过高的要求。

本书所提供的游戏和步骤，在其他的大型项目和活动中可以作为入门和起始练习来使用。

空间和时间

游戏和戏剧是多样化的学习方式——但并不是传统的课堂形式。不用大费周章就可以创造一个合适的环境。

一般来说，任何一个能够保证一组人自由活动的空间都可以：如果有一个稍大点的空间，比如礼堂或体育馆可供使用那就更好了，当然普通的教室也能保证游戏正常进行。为了保证大家活动自如，需要把桌椅板凳撤到旁边去。动手之前应认真考虑将桌椅堆放在哪里，并跟学生们一起练习，直到顺利完成为止（可以作为一种刺激手段，甚至可以暂停游戏——参见段落“规则”）。

须按规定时间进行：组织游戏时，从小单元开始，逐渐地扩展到更大的单元，

这样可以避免教师和小组成员负担过重，力不从心。如果不需要重新布置空间的话，最开始一个课时就足够了，之后可以增加两个课时。

规则

通过游戏可以使参与者摆脱普通的教学活动，将他们引入一个戏剧氛围。这种不同的工作方式和一个不按常规摆放桌椅的房间，使新的行为规范和规则变得更加合理有意义，使高效地完成创造性的工作变为可能。从训练开始就有效使用的少数规则不但规范了学生的动作，而且使规则变得更有成效。

如果必须要清空房间，那么最好共同来完成这些必要的工作，工作流程应该明确：桌子和椅子应该摆放在哪里，如何能够尽可能轻声地完成。

游戏单元最好用简短的讨论来开始和结束，也就是设定了必要的范围：什么是今天要做的，该如何进行，下一次有哪些计划，大家要么围坐在地上进行交谈（如果条件允许的话），要么就围坐在椅子上进行讨论等。

如果整个组员都参与了表演，表演或练习的指导（教师）要解释走位，让所有人都知晓，他们应该在空间里如何分布。

团队中的几个成员会进行预演，其他人则组成观众，坐在明确划定的观众区域里，即房间或者舞台的边缘（这个区域可以用胶带标记出来）。他们负责专心的观看演出，当表演者不那么有把握、缺乏自信的时候，观众不可以在演出中起哄。而是在演出结束后告诉大家，他们看到了什么。

当观众描述所见时，会遵守基本原则，即强调积极的方面，并将批评以改进建议的形式提出来，这样就避免尖锐的言辞对演员造成伤害。

使用说明1：游戏顺序的编排

从原则上讲，游戏和练习的目录并不新奇。从其他出版物中也能看到类似的，或者通过一些工作坊和课堂也能了解到。但是本书中所有的练习和游戏都是从大量



的群体实践中得到过验证的。为了更加合理的安排，根据侧重点对它们进行章节划分与整理：

- 入门与热身
- 收获感知和信任
- 气息、声音、语言
- 表演与表现力
- 角色
- 即兴创作与情境

这些章节都是建立在前面的基础之上：在简单的入门游戏之后要逐个地进行表演训练，直到完成最后的场景表演训练部分。每个阶段的训练都要从简单到困难的程度逐步地进行提高训练，书中用星号区分难易程度。

不同侧重点的章节内容组合交替变化让每个单元的练习都变得富有吸引力。可以根据下面的范例来安排训练的顺序：

大家从“入门与热身”“收获感知和信任”开始训练。

接下来的部分可以从“气息、声音、语言”“表演与表现力”或者“角色”这三个部分当中选择。

以“即兴创作与情境”作为最后的训练。

通常游戏会通过其强大的启发特性来激发学生的积极性。例如可以让其中的几个人来进行比赛，那么有可能会出现这样的情况，这几个学生开始会表现得比较拘谨和克制。解决的办法是，让这几个学生在每次训练时都重复这个游戏或者比赛，直到他们彼此熟悉、变得亲密。随着时间的推移，指导教师和学生们在训练中建立了属于他们的独有的规则，那是对他们来说最合适、最特别的。

使用说明2：游戏的描述

尽可能结合实际游戏描述的流程并搭配一个模板表，以便于一目了然地进行对照。表格按照以下几点进行划分。

练习的名称	
时 长	我们会在这一栏给出游戏时长的建议。
年 龄 段	本书中大部分的练习和游戏都适用于11岁以上的儿童。有少量的对语言表达能力，或者表演表现力要求较高的练习建议对参与者的年龄进行限制(比如从15岁起)。
难 易 度	简单—中等—困难。
工 作 形 式	全体成员、3—5人的小组、双人搭档练习和单人练习。
道 具	如果需要道具，会在这里列出来。
描 述	这里会对游戏过程进行描述，将会对实际的操作提供有益的帮助。

每个游戏进行的时间不要过长，不然积极性会降低，同时也会给同学们带来表现上的压力：因为如果一件事重复的次数多了，自然会出现每次都要表现得比上次更好的要求。

本书中的很多游戏也适合11岁以下儿童！本书的作者跟这个年龄阶段儿童打交道的经验不多，因此我们对待小学年龄段的儿童持保守态度。我们对那些给11岁以下儿童进行指导工作的教师的建议是：相信你们的经验，不断地尝试。我们非常愿意收到你们的回复。

这些搜集的游戏可以作为《戏剧学习手册》一书的补充卷，书中介绍了实用的有关戏剧工作的丰富内容。

希望大家能够勇于去尝试表演，尽管一开始感觉很陌生、很具有挑战性。但是经验证明是可以成功的。作者祝愿指导教师和学生们愉快！

目 录

一份邀约 / 1

第一章·入门与热身

集体注意力游戏(1—10)

小兔子、小兔子、小兔子 / 2

围圈击掌 / 3

死苍蝇 / 4

从树干到牙签 / 5

写名字 / 6

电话号码 / 7

夏威夷吐司 / 8

名字和姿势 / 9

传递颜色与蔬菜 / 10

独自在家 / 11

双人注意力游戏(11—13)

野猪和树 / 12

击掌一对话 / 13

身体部位名称 / 14

空间内的走动与活动(14—19)

保护者与跟踪者 / 15

行走练习 / 16

房间里的磁铁 / 18

叹息! 悲吟! 欢呼! / 19

西蒙说 / 20

变换角度和曲线行走 / 21

抓捕游戏(20—23)

猫和老鼠 / 22

运动和反应练习 / 23

抓捕与颜色 / 25

抓捕与名字 / 26

游戏式竞赛(24—27)

拍拍屁股游戏 / 27

逗乐小巷 / 28

趣味赛跑 / 29

我不是我 / 30

第二章·收获感知和信任

单人练习(28—29)

发现你的身体——独立训练 / 32

自如地站立 / 34

双人练习和小组练习(30—41)

引导盲人 / 35

平衡练习 / 36

小伙伴“不倒翁” / 37

用后背感觉 / 38

构成雕塑与画面 / 39

背部交流 / 41

背靠背行走 / 42

机器人游戏 / 43

揉面团儿 / 44

寻找小伙伴儿 / 45

听指令的人偶 / 46

骑“马”游戏 / 47

集体练习(42—52)

玻璃板 / 48

保持平衡 / 49

爆米花赛跑 / 50

行走与站立 / 51

巨人和矮人 / 52

“杀手”游戏 / 53

机械组装 / 54

相同的速度行进 / 55



飞 / 56

哑剧练习 / 57

21 / 58

第三章 · 气息、声音、语言

集体练习 (53—64)

声音的预热 / 60

声音球 / 61

讲故事 / 62

训练我们的声音 / 63

听觉画面 / 64

圣诞彩球 / 65

Grommolo (用外星语讲故事) / 66

用数字和元音对话 / 67

爱它, 赞美它 / 68

儿歌 / 69

单字故事 / 70

联想之刃 / 71

第四章 · 表演与表现力

集体练习 (65—76)

运动与声音的回转 / 74

大名鼎鼎的人 / 75

构建画面 / 76

雕像链条 / 77

1000枝玫瑰 / 78

我要去那边 / 79

情感雕像 / 80

公园长椅 / 81

坐姿 / 82

成语表达 / 83

雕刻家与材料 / 84

声音之舞 / 85

第五章 · 角色

集体练习 (77—86)

猜职业 / 88

训练角色的行为举止 / 89

角色即兴扮演 / 90

我…… / 91

斯诺登勋爵和夫人的招待会 / 92

穿过广场 / 94

叫卖小贩 / 95

肚子女士和胸膛先生 / 96

我的宠物与我 / 97

角色互换 / 98

第六章 · 即兴创作与情境

集体练习 (87—99)

检票员和逃票人 / 100

购物中心的电梯 / 101

公园长椅2 / 102

用画面展现童话 / 103

大声地表达情感 / 104

关系的表现 / 105

通往七重天的电梯 / 106

活雕像 / 107

我……你 / 108

带有状态特征与地点的即兴创作 / 109

生动的照片 / 110

礼物 / 111

帽子、手杖、雨伞…… / 112



第一章 · 入门与热身

这些游戏能够帮助大家用简单的方式熟悉戏剧工作：其中最主要的是动起来，小组合作并以游戏的方式去适应那些需要注意力集中才能完成的练习。游戏有助于消除障碍、获得对自身的信任、培养运动和表演中的乐趣。

为了让大家能够在众多游戏中捋清思路，我们依据重点将这些游戏划分成为不同的类型。由此可以根据不同的情况将不同类型的游戏进行组合，更易于灵活排序。

- 集体注意力游戏
- 双人注意力游戏
- 空间内的走动与活动
- 抓捕游戏
- 游戏式竞赛

集体注意力游戏·1

练习的名称	小兔子、小兔子、小兔子
时 长	10—15分钟
年 龄 段	各个年龄段儿童
难 易 度	★☆☆
工作形式	全体成员
道 具	无
描 述	<p>所有人站成一个圈。由一个人先开始，用双手模拟兔子耳朵，模仿兔子耳朵一颤一颤，并同时叫出声：“小兔子、小兔子、小兔子。”站在他左右两边的两个人，左边的人用左手、右边的人用右手也模拟兔子耳朵，并同时叫：“小兔子、小兔子、小兔子。”三人必须同时配合完成动作。当中间的人最后一次叫“小兔子”，模仿兔子耳朵颤动时，用“兔子耳朵”明确地指向圆圈中的另一个人，把兔子的角色交给他。而接替扮演兔子的人则需要迅速用双手比成一颤一颤的兔子耳朵，并同时叫出声：“小兔子、小兔子、小兔子。”同时，他左右两边的同伴也要立刻靠近他，按照上述描述来协助他完成动作。</p> <p>兔子的角色随意在圆圈中快速传递。重要的是速度要快。如果出现了错误，比如有人太慢或者兔子耳朵比得不完整，那么这个出错的人就要退出比赛。</p>



集体注意力游戏·2

练习的名称	围圈击掌
时 长	5—10分钟
年 龄 段	各个年龄段儿童
难 易 度	★☆☆
工作形式	全体成员
道 具	无
描 述	<p>所有人围成一个大圆圈，但是不要挨得太近。第一个人通过击掌把动力传给下一个人，同时发出响声。如果向右击掌，双手都指向这个方向，同时要说出一个象生词，例如“嘣嘣”。如果向左击掌，则说“嗖”（当然也可以替换成其他词语）。每个人都可以改变方向，把击掌动作顺着传来的方向传递回去——当然这时要说的词也必须变了。这个游戏能够促进反应力和注意力发展，但是玩的时间不能太久。</p> <p>提示：第一轮预备练习应缓慢进行，这样大家可以由此熟悉这个游戏。游戏发令者需要确保这个游戏不会总是在同一个地方卡住，而且团队中的所有人都要参与其中。稍后还可以加快速度并且引入其他条件：反应太慢或者是说错台词的人将被剔除。</p> <p>变化练习：如果游戏团队确定了，可以朝着第三个方向，在说出“愿望”这个词同时击掌。</p>