



# Театр емоцій

## Пластичні етюди, ігри та вправи для розвитку емоційної сфери дітей



**Олена КАМІНСЬКА,**  
практична психологиня,  
“Sensorium — простір сенсорної інтеграції”, м. Бровари, Київська обл.

Важливою складовою комунікативної компетентності й запорукою психологічного здоров'я особистості є вміння розрізняти емоційні стани і настрої, свої та інших людей, вільно й адекватно виражати свої почуття. Сформувані їх у малят допомагають пластичні етюди, театралізовані ігри та вправи на розвиток емоційної сфери. Добірку таких форм роботи пропонує авторка.

**Д**ошкільнята надзвичайно активні, мають величезну потребу в русі. Вони сприймають світ значною мірою через тілесні відчуття. Для них природно засвоювати досвід через рух. Тож будь-які форми роботи з ними — навіть слухання казок та етичні бесіди — доцільно доповнювати **пластичними етюдами**.

Під час проведення таких етюдів важливо фіксувати увагу дітей на їхніх тілесних відчуттях, показуючи зв'язок між ними і проявами різних емоцій, аналізувати й описувати словами м'язові прояви емоцій, відтворювати ці емоції в заданих вправах, усвідомлюючи свої відчуття.

Усі етюди дорослий має виконувати разом з дітьми. Тут знадобляться акторські здібності та навички, адже емоції треба передати так, щоб діти змогли їх відчуті і зрештою відтворити.

Після читання казки або оповідання не так важливо детально розібрати зміст твору, як пробудити в дитині емоційну реакцію на нього. Саме тут доречні будуть різноманітні **театралізовані ігри та вправи**.

Важливою умовою проведення таких вправ є обмін ролями, рефлексія дітьми власних емоцій та емоцій партнера. Завдяки цьому малята навчаються точно виражати свої почуття, а також розпізнавати стани, емоції, ставлення інших людей, правильно інтерпретувати їхні дії та слова співпереживати.

### Вправа “Передай усмішку і добрий настрій”

Діти сідають у коло, беруть одне одного за руки, по черзі обертаються до сусіда справа, дивляться йому в очі й усміхаються. Можна також привітатися, сказати: “Доброго ранку!” — і назвати сусіда / сусідку на ім'я. Потім вправу повторюють у зворотному напрямку. Якщо діти готові, можна запропонувати їм передати дотик або лагідне погладження.

### Гра “Дракон бавиться зі своїм хвостом”

Гравці стають у лінію, тримаючи одне одного за плечі. Усі вони разом — “тіло” дракона. Перший учасник (“голова дракона”) починає рух до останнього (“хвоста”), а решта дітей слідує за ним, не відпускаючи плечі сусідів. “Голова” має доторкнутися до “хвоста”, а “тіло” при цьому не повинне розірватися. Як тільки “голова” впіймає “хвіст”, вона стає “хвостом”, а “головою” — наступний за першим учасник. Бажано, щоб усі гравці побували в обох ролях.



### Пластичний етюд “Захворіли ведмежата”

**Педагогиня.** Два ведмедики, Том і Тім, наїлися смачних, але немитих яблук. І в них дуже заболіли животики. Ведмежата бідкаються: “Ой-ой-ой, мій

# ОБЕРІТЬ СВІЙ ФОРМАТ ФАХОВИХ ВИДАНЬ



## ЕЛЕКТРОННІ

ЧИ

## ПАПЕРОВІ

- ✓ Пропустили актуальну тему номера?
- ✓ Загубили примірник із потрібними матеріалами?
- ✓ Мрієте читати улюблені фахові видання на своєму гаджеті?

- ✓ Вам до вподоби запах свіжої фарби, шелест сторінок?
- ✓ Збираєте власну бібліотечку, упорядковуючи випуски за темами?
- ✓ Використовуєте малюнки та наліпки в роботі з дітьми?

Купуйте та передплачуйте  
**ЕЛЕКТРОННІ ВЕРСІЇ** на сайті  
[journals.ua/prof/obrazovanie](http://journals.ua/prof/obrazovanie)



Купуйте та передплачуйте  
**ПАПЕРОВІ ЖУРНАЛИ**  
на сайті [jmil.com.ua/peredplata](http://jmil.com.ua/peredplata)



**Усе, як ви звикли,  
тільки онлайн!**



або на пошті

**Продовжуйте  
добрі традиції!**