



**РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ
ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ
ТЕАТРАЛЬНО-ІГРОВОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ**



план





емоційна сфера дитини

- У розмаїтті засобів впливу на розвиток емоційної сфери дитини дошкільного віку важливе місце посідає театралізована діяльність.
- Театр поєднує в собі художнє слово, драматичну дію, поетику, музику, літературу та живопис. Він допомагає дитині глибше пізнати свій внутрішній світ, спонукає до самовдосконалення, викликаючи естетичні почуття та емоції в ході театралізованого дійства.
- Проте педагогами дошкільних навчальних закладів приділяється недостатня увага питанню театралізованої діяльності як ефективного засобу розвитку емоційної сфери.



емоційна сфера дитини

- Оскільки провідною діяльністю в дошкільному віці є ігрова діяльність, тому саме гра в різних її формах має стати для педагогів дієвим засобом формування особистісних якостей та творчих здібностей дітей дошкільного віку.
- Відтак різнобічний вплив театралізованих ігор на дитячу особистість дає змогу використовувати їх як ненав'язливий педагогічний засіб.
- Розвивальна можливість таких ігор полягає в формуванні емоційної сфери дошкільників, дитина немовби переживає внутрішнє оновлення, відчуває сценічну дію як своє власне життя, має можливість безпосередньо проявляти емоції та задовольняти різнобічні інтереси.



емоційна сфера дитини

- Під час театралізованої діяльності діти в ігровій формі вчать визначати причини емоцій, відтворювати та проявляти емоції, регулювати свою поведінку, розуміти себе й інших. Саме тому, дбаючи про розвиток та корекцію емоційної сфери дитини, педагогу необхідно спрямувати діяльність на :
 - - Формування компетентності дитини щодо внутрішнього світу почуттів, збагачення внутрішнього світу дитини позитивними емоціями, корегувати прояви негативних емоцій;
 - - Орієнтування дитини у різних емоційних станах, їх назвах та специфіці проявів основних емоцій;
 - - Визначення дитиною власного емоційного стану, а також стану інших людей за зовнішніми проявами емоцій (виразом обличчя, мімікою, жестами, позою);
 - - Вміння співвідносити характер емоційної поведінки з її наслідками;
 - - Створення позитивного психологічного клімату, забезпечення емоційного благополуччя дошкільника.



інструментальне збагачення емоційної сфери дошкільника.

- Для удосконалення системи роботи засобами театралізованої діяльності, розробити інструментальне
- збагачення емоційної сфери дошкільника.
- 1. Розвиток «словника емоцій» у дошкільників шляхом вербального позначення емоцій і почуттів, інтенсивності їх прояву. Даний напрямок роботи можна реалізовувати шляхом театралізованих вправ складаючи ряди образних характеристик емоційних станів за схожістю та відмінністю; застосовуючи схематичні зображення емоцій (піктограми) та ілюстрації персонажів для відтворення та вербального позначення емоцій.
- 2. Розвиток здатності розпізнавати емоції, які переживають дорослі та ровесники, розуміти емоційні стани за експресивними ознаками (зчитування емоцій з фото еталона та схематичних піктограм). Окреслене завдання по інструментальному збагаченню емоційної сфери дітей реалізовується під час розвивальних міні-занять або як частина заняття з мистецького виду діяльності(музичне, образотворче тощо).



інструментальне

збагачення емоційної сфери дошкільника.

- 3. Розвиток здатності доволіно виражати задані емоційні стани, дотримуючись певних критеріїв (адекватності, експресивності, пластичності відтворення з активізацією мімічних, пантомімічних та інтонаційних засобів). Дане завдання реалізовується під час організованих розвивальних занять з елементами театралізованої діяльності, спеціальних заняттях, іграх-заняттях, на яких використовуються імітаційні та рольові ігри, етюди, психогімнастика, прийоми саморегуляції, метод спрямованої уяви тощо.
- 4. Розвиток здатності до регуляції емоцій, що переживаються, зниження інтенсивності емоційного переживання, стримування та трансформація соціально-регламентованих емоційних проявів (загальна (всі м'язові групи) і парціальна (окремі м'язові групи) релаксація, психом'язове розслаблення). Це завдання здійснюється під час розвивальних, інтегрованих занять, що проводяться і спільно психологом та вихователем, і під час корекційно-розвивальної роботи (проводить психолог за потребою), і під час різних режимних моментів протягом дня (вихователь)



емоційна сфера дитини

- Емоції — це психічні стани чи процеси в людини, які проявляються у відповідних реакціях на зовнішні та внутрішні подразники. Вони можуть бути у вигляді
- задоволення або незадоволення, радості, страху, гніву тощо. В емоціях виявляється позитивне або негативне ставлення людини до навколишнього світу.
- Є емоції, які переживаються усіма людьми, незалежно від їх віку, виховання, соціального стану, культури, країни проживання. Їх називають базовими.
- Як приклад, це можуть бути прості емоції, в яких вже не можна виділити складові частини. Наприклад, ніжність, радість, страх, сум та ін. Їх називають елементарними.
- Проте різні складні життєві обставини дають нам відчутти складні емоції, наприклад, образ (суміш із засмучення, розчарування й злості), зловтіху (злість і задоволення) чи провину (страх, сором, гнів і горе).
- Як правило, наші емоції можна «прочитати» на обличчі. Ми сміємося від задоволення, але можемо й плакати від суму чи горя; від здивування — морщимо лоб чи примружуємо очі; від сорому чи гніву — червоніємо та ін.



емоційна сфера дитини

- Наші емоції формують почуття. Це специфічні людські, узагальнені переживання, ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції — радість, любов, гордість або сум, гнів, сором тощо. Почуття відображають нашу оцінку соціальних відносин, відносин між людьми.
- У свою чергу почуття можуть бути розділені на нижчі (задоволення / не задоволення природніх людських потреб) та вищі (пов'язані із задоволенням чи ні суспільних потреб). Із розвитком людини її почуття теж розвиваються.
- Тут варто відмітити, що одні з них дійсно можуть прогресувати, а інші — ні, все залежить від духовного становлення людини. Наприклад, від духовно-морального виховання дитини залежить наскільки глибоко в неї будуть закладені цеглинки почуття відданості, поваги, відповідальності, турботи тощо.
- Психологи стверджують, що одна й та ж емоція в кожній людини матиме своє «забарвлення». Ми все ж таки приведемо у приклад невеликий словник найвідоміших емоцій, які, на нашу думку, є найрозповсюдженішими в житті кожного.



емоційна сфера дитини

- Емоційність людини розглядається як вроджений потенціал, який формується протягом усього її життя. Більшість учених, які спеціалізуються на дослідженнях проблеми емоцій, виділяють п'ять сфер емоційного інтелекту: Знання власних емоцій – сфера, пов'язана із самосвідомістю, яка передбачає, що людина здатна розпізнавати свій настрій і називати його. Люди, які орієнтуються у своїх відчуттях, значно краще керують своїм життям.
- Управління емоціями – сфера, пов'язана із владою над почуттями, тобто навичками управління способами вираження власних емоцій, їх приведенням у відповідність з певною ситуацією та здатність швидко опам'ятатись після неприємних переживань. При цьому негативні емоції повинні служити добрим досвідом, щоб наступного разу людина змогла краще відреагувати на складну ситуацію, що у свою чергу позитивно позначиться на її самопочутті та навіть здатне піднімати настрої.
- Здатність мотивувати себе – сфера, пов'язана з позитивною мотивацією, тобто з вірою в себе. Якщо емоції будуть підпорядковуватись раніше вибраній меті, це вплине на концентрацію уваги, залучення й реалізацію творчої діяльності та зрештою - на життєвий успіх. Важливу роль відіграє сам факт того, що можна і треба протистояти емоціям, які перешкоджають реалізації раніше поставленої мети, а добре мотивовані люди проявляють у роботі більше завзяття й оптимізму.



емоційна сфера дитини

- **Розпізнавання емоцій у інших - дивна здатність, пов'язана із проявами емоційного інтелекту. Вона не зможе розвиватися повноцінно, якщо людина повною мірою не навчиться розпізнавати власні емоції. Наука про емпатію - дуже складна й у першу чергу вимагає розвитку власної самосвідомості. Як показали дослідження, емпатія починає проявлятися уже в дитинстві, коли діти чують плач іншої дитини, то у відповідь практично відразу стають сумними. Дорослі повинні спрямовувати дитину на правильне розпізнавання й ідентифікацію власних емоцій, тільки тоді вони зможуть по-справжньому оволодіти емпатією.**
- **Установлення й підтримка відносин з іншими – є, власне, мистецтвом спілкування та необхідною умовою для встановлення добрих і міцних соціальних контактів. Ця емоційна сфера тісно пов'язана із двома попередніми сферами емоційного інтелекту - розпізнаванням емоцій інших людей та управлінням емоціями. Установлення та підтримка відносин з іншими людьми - це певною мірою підкорення та пригнічення себе, щоби краще відчути, зрозуміти та прийняти потреби іншої людини.**



емоційна сфера дитини

- У кожної людини перераховані емоційні сфери мають свої індивідуальні особливості та ступінь вираження, відповідно в кожного індивідуума свій рівень емоційного інтелекту. Усі людські здібності у сфері емоцій не є природно обумовленими, а тому, можна вплинути на їх позитивний розвиток.
- Дошкільний вік - це період інтенсивного емоційного розвитку дитини, період формування її вищих емоцій. У цей час відбувається збагачення та насичення різноманітністю емоційного життя, що пов'язано із процесом наростаючого статевого дозрівання та чуттєвим впливом навколишнього середовища.
- У дітей дошкільного віку добре розвинені такі емоції, як заздрість, гнів, страх, переляк, сором, радість, любов, збентеження та сором'язливість. Це той період, в який діти можуть розвинути свій емоційний інтелект, знайти так звані добрі емоційні звички - навички, пов'язані з отриманням і проявом емоційних станів, познайомитися зі способами зняття напруги й управління емоціями. Накопичені в цей період навички мають вирішальну дію на подальше життя людини.



емоційна сфера дитини

- Емоційний інтелект - це особова характеристика, що дозволяє дитині адекватно й ефективно поводитися по відношенню до людей, завдань, ситуацій. Навчаючи дітей емоційного інтелекту, необхідно враховувати, що він тісно пов'язаний з інтелектуальним інтелектом.
- «У нас є два розуми: один думає, а інший відчуває». Раціональний розум є центром, більш усвідомленим, розсудливим, здібним до роздумів і рефлексії. Разом із ним існує інша система пізнання реальності, більш імпульсний і могутній розум - емоційний. І обидва вони працюють у абсолютній гармонії один з одним, саме поєднання різних способів пізнання світу й веде дітей по життю.



емоційна сфера дитини

- **«Емоції важливі для думок, а думки - для емоцій».** Метою вихователя дошкільного закладу повинно бути не безумовне пригнічення емоцій, а формування в дитини здатності до збереження їх рівноваги й управління ними, тому що кожна емоція має свою цінність і значення. Завжди слід пам'ятати, що зайве погашення емоцій, перше за все у дітей, може викликати апатію, а їх безперешкодний прояв - призвести до формування патологічної поведінки навіть у дорослої людини. Тому так важливо вже з малих років навчити дітей способів приборкання своїх емоцій. Діти повинні знати, що людина не може вплинути на те, коли та які відчуття в неї виникнуть, але вона може вирішити, як довго їх утримувати. Крім того, діти повинні знати, що позитивно відноситись можна до всіх емоцій, але певну поведінку слід обмежити. Важливо, щоби прояв дитячих емоцій був адекватним конкретній ситуації.
- **«Стримувати свої емоції - запорука емоційного благополуччя».** Отже, метою вихователя не повинно бути тільки здійснення контролю над поведінкою дітей. Дуже важливо пояснювати їм можливі наслідки негативної поведінки та пропонувати інші варіанти своїх учинків.



емоційна сфера дитини

- Щоб допомогти дитині впоратися із власними емоціями, необхідно:
- слухати її дуже спокійно й уважно;
- прийняти її емоції та виразити це словами;
- дати визначення емоціям дитини;
- змінити прагнення дитини до фантазування.

Вихователю слід звертати особливу увагу на правильне розпізнавання тих чи інших емоцій у дітей та їх правильну інтерпретацію і, відповідно - правильну реакцію на них. У дошкільній групі під час занять обов'язково треба виділяти час для спільного вирішення виникаючих проблем і конфліктів. Це сприяє формуванню навичок взаємної уваги, привчає дітей терпляче вислуховувати один одного та грамотно виражати свої емоції в рамках певної теми. Діти, вирішуючи проблеми колективно, учаться встановлювати соціальні контакти, що, поза сумнівом, буде корисним на будь-якій стадії розвитку, як у дитинстві, так і в юності. Дитина обов'язково повинна мати сформовану самосвідомість, і чим більше для неї відкриватимуться власні емоції, тим більш уміло вона прочитуватиме емоції інших людей.



емоційна сфера дитини

- Умовою емпатії є увага до почуттів іншої людини». Кілька принципів навчання дітей грамотного виразу емоцій:
- помічайте потреби й бажання дітей;
- створюйте атмосферу, в якій розкриття емоцій не є чимось поганим;
- використовуйте приклади, щоб заохочувати розпізнавання і правильне прочитування емоційних станів у себе та інших людей;
- не дозволяйте, щоб у групі виникали конфлікти;
- навчіть дітей, як уникати поведінки певного роду;
- заохочуйте та закріплюйте успішні спроби дітей впоратися з негативними емоціями.



емоційна сфера дитини

- Вихователь дитячого садка відіграє величезну роль у житті дитини, адже він є свідком її щоденних баталій - іноді успішних, іноді ні. А це вимагає великого терпіння й уваги. З часом вихователь стає для дитини близькою людиною, але щоб він зміг розвивати в дітей емоційний інтелект, він повинен сам своєю власною поведінкою служити їм прикладом для наслідування.
- Більше шансів на успіх у розвитку емоційного інтелекту має той вихователь, який звертає особливу увагу на позитивні якості дитини та постійно вдосконалює їх. Тому будь-яка похвала за по-справжньому добру поведінку за допомогою вихователя стимулюватиме дитину до подальших звершень.
- Головною метою вихователя або батька повинно стати пізнання дитини, її переваг і недоліків, перше за все звертаючи увагу на потреби дітей дошкільного віку. Необхідно прагнути постійно одержувати інформацію про дитину, щоб використовувати її в подальшій роботі. Робота повинна бути націлена на розвиток тих навичок, властивостей і переваг, які безпосередньо сприяють повсякденній діяльності людини, так можна укріпити сильні сторони особи. Ось чому таке важливе значення для педагогічного та виховного процесу мають дитячий садок і та атмосфера, яка в ньому панує.



емоційна сфера дитини

- Під час організації виховного процесу варто:
- допомогти дітям відкрити, розпізнати і виразити свої емоції;
- поклопотатися про те, щоб діти пізнали власні потреби та потреби інших людей;
- ввести дітей у культуру буття.
- Робота вчителя та вихователя повинна полягати в постійному пошуку методів покращення взаємостосунків з дитиною, аналізі їх відповідності потребам та очікуванням дітей. З моменту найпершого контакту з дошкільником вихователь стає для нього авторитетом, тому якщо він проявлятиме чуйність до дітей, то дуже ймовірно, що й діти також із теплотою ставитимуться до своїх однолітків. Тобто від дорослого залежить, як розвиватиметься емоційна зрілість у його підопічних.
- Звісно, учитель або вихователь не може діяти один, тому важливим аспектом розвитку емоційного інтелекту в дитини є співпраця з батьками, оскільки тільки спільно можна досягти успіху. У ході співпраці повинна утворитись атмосфера довіри та плідної взаємодії.



емоційна сфера дитини

- Емоції є важливою складовою життя кожної людини, що безпосередньо впливає на повсякденну діяльність. Якщо створити оптимальний виховний мікроклімат, дитина обов'язково побудує позитивний образ самої себе, розвине емпатію, необхідні соціальні навички, що характеризують емоційний інтелект, розвиток якого повинен бути одним із пріоритетних напрямів у роботі дитячого садка. Саме від успіху у вихованні залежить те, в якій мірі діти стануть відповідальними й уважними членами нашого суспільства.



емоційна сфера дитини

- «Що означає міміка обличчя?»
- Про щирість людської емоції зазвичай говорить симетрія у відображенні почуття на обличчі. Чим сильніший фальш, тим більше розбігаються мімікою в обличчі його права і ліва половини. При цьому, позитивні емоції (радість, задоволення) пізнаються легше, ніж негативні (смуток, сором, відраза).
- Особливою емоційною виразністю відрізняються губи людини, «читати» які зовсім, нескладно (посилена міміка рота або закусювання губ, наприклад, свідчать про неспокій, викривлений в одну сторону рот - про скепсис або глузування).



емоційна сфера дитини

- Посмішка на обличчі, як правило, виявляє дружелюбність або потребу в схваленні. Посмішка для чоловіка - це гарна можливість показати, що він в будь-якій ситуації володіє собою. Посмішка жінки значно правдивіше і частіше відповідає її фактичному настрою. Існують прості стандартні тлумачення:
 - надмірна усмішливість - потреба у схваленні;
 - крива посмішка - знак контрольованої нервозності;
 - посмішка при піднятих бровах - готовність підкоритися;
 - посмішка при опущених бровах - вислів переваги;
 - посмішка з постійним розширенням очей без їх закривання - загроза.
- Типові вирази обличчя, що повідомляють про випробовуваних емоціях, такі:
 - радість: губи викривлені, і їх куточки відтягнуті назад, навколо очей утворилися дрібні зморшки;
 - зацікавленість: брови трохи підняті або опущені, тоді як повіки злегка розширені або звужені;
 - щастя: зовнішні куточки губ підняті і зазвичай відведені назад, очі спокійні;
 - здивування: підняті брови утворюють зморшки на лобі, очі при цьому розширені, а відкритий рот має округлу форму;



емоційна сфера дитини

- **огиду:** брови опущені, ніс зморщений, нижня губа випнута або піднята і зімкнута з верхньою губою, очі ніби косять; людина немов подавився або спльовує;
- **презирство:** брови підняті, обличчя витягнуте, голова «піднесена», немов людина дивиться на когось зверху вниз; ніби гидує розмовою зі співрозмовником;
- **страх:** брови трохи підняті, але мають пряму форму, їх внутрішні кути звужені, через лоб проходять горизонтальні зморшки, очі розширені, причому нижню повіку напружене, а верхнє злегка піднесено, рот може бути відкритий, а куточки його відтягнуті назад (показник інтенсивності емоції); коли в наявності лише згадане положення брів, то це контрольований страх;
- **гнів:** м'язи чола зрушені всередину і вниз, показуючи загрозливий чи похмурий вираз очей, ніздрі розширені, крила носа підняті, губи або щільно стиснуті, або відтягнуті назад, приймаючи прямокутну форму і оголюючи стиснуті зуби; людина часто червоніє;
- **сором:** голова опущена, обличчя відвернуте, погляд відведено, очі спрямовані вниз або бігають з боку в бік, повіки прикриті, а іноді і зімкнуті; обличчя почервоніле, пульс прискорений, дихання з перебоями;
- **скорботу:** брови зведені, очі тьмяні, а зовнішні кути губ трохи опущені.