

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
Центр дополнительного образования

# Развитие эмоций через игровую деятельность

## «Воображариум»

Методическая разработка

Автор: Ескина Елена Александровна  
Педагог дополнительного образования,  
Первая квалификационная категория

Сухой лог  
2022 год

## **Объединение: Обучающиеся «Современный танец»**

**Возраст обучающихся:** 9-11 лет

**Цель занятия:** Развитие эмоциональной сферы детей школьного возраста.

**Задачи:**

1. Сформировать у детей представление о способах выражения собственных эмоций.
2. Научить понимать эмоциональные состояния свои и окружающих людей.
3. Учить управлять своими чувствами и эмоциями.

**Форма проведения занятий:** Групповая

**Оборудование:** Музыкальный центр, флешка, карточки с эмоциями.

**Планируемые результаты:**

1. Обучающиеся научатся понимать свое эмоциональное состояние и окружающих людей.
2. Будут иметь представление о способах выражения собственных эмоций.

**План занятия:**

1. Организационный момент (5 мин)
2. «10 масок»
3. «Я перевоплощаюсь»
4. «Попугай в клетке»
5. «Предмет по кругу»
6. «Синтез»
7. Подведение итогов (5 мин)

### **Ход занятия**

#### **Организационный момент**

Обучающиеся встают в творческий полукруг, расправляют плечи, руки спокойно опущены вдоль туловища. Педагог стоит лицом к обучающиеся. Дружные аплодисменты – приветствуем друг друга, затем аплодируем каждый сам себе – подбадриваем себя, аплодируем своему соседу слева, аплодируем соседу справа, и вновь – дружными аплодисментами приветствуем всех присутствующих в классе.

#### **« 10 масок»**

Этюды:

Десять масок. Каждую маску обязательно обсудите с группой. Обсудите в подробностях: как актер должен смотреть? Должен ли он моргать глазами? Должен ли он опускать глаза? Открывать ли рот? Поднимать ли брови? И т.д.

1. Страх
2. Злость
3. Любовь (влюбленность)
4. Радость
5. Смирение
6. Раскаяние, угрызение совести
7. Плач
8. Стеснение, смущение
9. Раздумье, размышление
10. Презрение
11. Равнодушие
12. Боль
13. Сонливость

#### 14. Прощение (вы кого-то о чем-то просите)

Чтобы лучше получалось изображать, к примеру, радость, говорите про себя соответствующие слова (Какая ты умничка! Как здорово получилось у тебя! И т.п.).

Десять масок. Каждую маску обязательно обсудите с группой. Обсудите в подробностях: как актер должен смотреть? Должен ли он моргать глазами? Должен ли он опускать глаза? Открывать ли рот? Поднимать ли брови? И т.д.

#### « Я перевоплощаюсь»

— Посидеть на стуле так, как сидит царь на троне; пчела на цветке; побитая собака; наказанный ребенок; бабочка, которая сейчас взлетит; наездник на лошади; космонавт в скафандре.

— Пройтись, как ходит младенец, который только что начал ходить; старый человек; гордец; артист балета.

— Улыбнуться, как улыбается очень вежливый японец, Жан Поль Бельмондо, собака своему хозяину, кот на солнышке, мать младенцу, ребенок матери.

— Нахмуриться, как хмурится ребенок, у которого отняли игрушку; как человек, желающий скрыть смех.

Перевоплощение в амёб, в насекомых, в рыб, в животных, ...

если обучающийся показывает просто кота, например, тогда к нему возникают вопросы: А сколько ему лет? Какие у него привычки?

#### «Попугай в клетке»

Итак, нужно сделать следующее:

- Подойти к клетке (все предметы воображаемые, в том числе и попугай)
- Ощупать ее руками
- Взять и переставить на другое место
- Подразнить попугая
- Найти дверцу и открыть ее
- Насыпать зернышек в ладонь и покормить птицу
- Погладить попугая (после этого он вас должен укусить)
- Одернуть руку
- Закрыть побыстрее клетку
- Помахать угрожающе пальцем
- Переставить клетку в другое место

#### «Предмет по кругу»

Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает учащимся предмет (палку, линейку, банку, книгу, мяч, любой попавшийся в поле зрения предмет) учащиеся должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание. Например, кто-то решает обыграть линейку как скрипку. Он передает ее следующему человеку именно как скрипку, не произнося при этом ни слова. А тот именно как скрипку ее принимает. Этюд со скрипкой окончен.

Теперь второй учащийся обыгрывает эту же линейку, например как ружье или кисть и т.д.

Важно, чтобы обучающиеся не просто делали какие-то жесты или формальные манипуляции с предметом, а передавали свое отношение к нему. Это упражнение хорошо развивает воображение. Чтобы обыграть линейку как скрипку, нужно, прежде всего, увидеть эту скрипку. И чем менее похож новый, «увиденный» предмет на предложенный, тем лучше учащийся справился с заданием.

Кроме того, это упражнение — на взаимодействие, ведь человек должен не только сам увидеть новый предмет, но и заставить других увидеть и принять его в новом качестве.

### **«Синтез»**

Это упражнение на погружение в состояние творчества. Оно заключается в смешивании различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения.

- Чем пахнет слово «лампа»?
- Каково на ощупь число 7?
- Какой вкус у сиреневого цвета?
- Какая форма у четверга (как она выглядит)?
- Какую музыку вы слышите, когда представляете лицо пожилого человека, смеющегося ребенка?

### **Подведение итогов**

Подведение итогов. Обсуждают что больше запомнилось. После осуждений педагог просит встать обучающихся в первоначальный творческий полукруг, выпрямить спину, улыбнуться друг другу и аплодисментами поблагодарить себя за проведенный урок, поблагодарить друг друга и попрощаться.

### **Список используемой литературы**

1. Станиславский К. — Работа актера над собой
2. Бебик М. История и основные принципы танцевально-двигательной терапии // Танцевально-Двигательная Терапия. Выпуск 2. М., 1997. С.6-11
3. Бирюкова И.В. Танцевально-двигательная терапия: тело как зеркало души // Бюллетень Ассоциации Танцевально-Двигательной Терапии. Лето-Осень 2000. №3. С.3-9.
4. Старк А. Танцевально-двигательная терапия // Танцевально-двигательная терапия. Перевод с англ. Ярославль, 1994. С.3-23.Chodorow J. Body, psyche and the emotions // Keynote lecture for the International Clinical Conference on Dance Movement Therap
5. Хелен Пэйн. Танцевальная двигательная терапия<sup>[1]</sup>Определение и историческое развитие<sup>[2]</sup>(Из книги «Инновационная психотерапия»)
6. Изард К.Э. «Психология эмоций» пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.