



АРТ-ТЕХНОЛОГІЇ

В РОБОТІ З ДІТЬМИ

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

Міністерство освіти і науки України
Житомирський державний університет
імені Івана Франка

АРТ–ТЕХНОЛОГІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ

Навчальний посібник

Житомир
Вид–во ЖДУ імені Івана Франка
2025

*Рекомендовано до друку вченою радою Житомирського державного університету
імені Івана Франка*

протокол №13 від 27 червня 2025 року

Рецензенти:

Карапузова Ірина – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка;

Кучинська Лілія – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри суспільно-гуманітарних дисциплін, методист з дошкільної освіти лабораторії методичного забезпечення КЗ «Житомирський ОППО»ЖОР;

Федорова Марія - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методик дошкільної й інклюзивної освіти Житомирського державного університету імені Івана Франка.

A87 Арт–технології в роботі з дітьми : навчальний посібник / уклад. Оксана Сорочинська. Житомир : Вид–во ЖДУ ім. І. Франка, 2025. 140 с.

У навчальному посібнику висвітлено теоретико–методичні засади використання арт–технологій у роботі з дітьми дошкільного віку. Розкрито педагогічні, психологічні та соціальні аспекти арт–впливу на дитину, визначено потенціал художньо–творчої діяльності для розвитку емоційної сфери, креативності, самовираження та соціалізації дошкільників.

Проаналізовано основні види арт–терапії та арт–практик, їх можливості у освітньому процесі, запропоновано ефективні методи, прийоми й засоби арт–взаємодії з дітьми.

Посібник орієнтований на формування в педагогів практичних умінь та креативного підходу до організації арт–простору, вибору методичних рішень і психолого–педагогічного супроводу дітей під час творчої діяльності.

Видання адресовано здобувачам вищої та передвищої освіти за спеціальністю 012 Дошкільна освіта, вихователям ЗДО, педагогам–практикам, батькам, а також викладачам педагогічних ЗВО, які готують майбутніх фахівців у галузі дошкільної педагогіки.

УДК 373.2.091.33:615.85

© О.А. Сорочинська, 2025

© Вид–во ЖДУ ім. І. Франка, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
Арт–технології в системі дошкільної освіти	6
Форми та види арт–технологій в системі освіти дітей дошкільного віку ...	14
Методичні аспекти арт–технологій в роботі з дітьми дошкільного віку ...	18
Казкотерапія в роботі з дітьми дошкільного віку	28
Імаготерапія (лялькотерапія, драмотерапія)	46
Піскова (піщана) терапія в роботі з дітьми дошкільного віку.....	68
Арт–технології в музичній діяльності дітей (музикотерапія, вокалотерапія).	83
Танцювально–рухова технологія в розвитку дітей	95
ПИТАННЯ, ПРОБЛЕМНІ СИТУАЦІЇ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ.....	111
ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ	117
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	126
ДОДАТКИ.....	130
ПРЕДМЕТНИЙ ПОКАЖЧИК ОСНОВНИХ ТЕРМІНІВ І ПОНЯТЬ	137

ВСТУП

У сучасному освітньому середовищі дедалі більшої актуальності набувають інноваційні підходи до розвитку дітей дошкільного віку, зокрема ті, що базуються на інтеграції мистецтва, емоційного досвіду та сенсорного пізнання. Арт–технології – це не лише засіб творчого самовираження, а й потужний ресурс гармонійного розвитку дитини, формування її емоційного інтелекту, комунікативних навичок, естетичних потреб, креативного мислення та здатності до саморефлексії.

Дошкільний вік є сенситивним періодом для розкриття художньо–естетичних здібностей дитини. Саме в цей час особливо важливо створити умови для вільного експериментування з кольором, формою, ритмом, музикою, рухом, казкою – як універсальними інструментами впливу на внутрішній світ дитини. Арт–технології у дошкільній освіті відкривають нові можливості для формування ключових компетентностей та розвитку особистості дитини в цілому.

Окрім освітнього та розвивального потенціалу, арт–технології мають ще один важливий – терапевтичний напрям впливу. Завдяки природній для дитини формі – грі, творчості, фантазії – вони слугують ефективним інструментом зняття психоемоційної напруги, опрацювання страхів, адаптації до нових умов, формування позитивного образу «Я». Арт–практики створюють емоційно безпечне середовище, де дитина може відкрито проявити свої почуття, переживання, внутрішні конфлікти, часто не вербально, а через символічну форму – малюнок, рух, ліплення, звук.

Арт–технології сприяють психоемоційній стабілізації, покращенню загального психологічного стану, стимулюють самооцінку та емоційний розвиток дитини. Саме тому вони все частіше використовуються в інклюзивній освіті, адаптаційних програмах, у роботі з дітьми, які мають особливі освітні потреби або знаходяться у кризовому стані.

У цьому контексті навчальний посібник «Арт–технології в роботі з дітьми» має на меті надати систематизовані знання про сутність арт–технологій, їх класифікацію, можливості використання у різних напрямках розвитку дитини, педагогічні принципи й організаційно–методичні умови їх упровадження в освітній процес ЗДО.

Посібник включає низку розділів, у яких:

- розкриваються теоретичні засади арт–технологій у контексті дошкільної освіти;
- аналізуються основні види арт–терапії та арт–практик (ізотерапія, музикотерапія, казкотерапія, пісочна терапія, драматерапія тощо);
- подаються рекомендації щодо організації арт–простору та психолого–педагогічного супроводу;
- наводяться приклади практичних завдань, ігор, занять і вправ для роботи з дітьми;
- акцентується увага на розвитку сенсорної сфери, емоційно–ціннісної та соціальної компетентностей засобами мистецтва.

Матеріал структуровано за тематичними блоками, що дає змогу працювати з посібником послідовно або обирати окремі теми відповідно до інтересів і практичних потреб. У кожному розділі передбачено завдання для самоконтролю, обговорення, практичні вправи, які сприяють закріпленню знань і формуванню професійної рефлексії.

Цей посібник буде корисним здобувачам вищої та передвищої освіти за спеціальністю 012 Дошкільна освіта; вихователям ЗДО, які прагнуть урізноманітнити освітній процес; батькам, що бажають творчо підтримувати розвиток своїх дітей; здобувачам вищої освіти і викладачам педагогічних ЗВО як дидактичний матеріал для освітньої підготовки.

АРТ–ТЕРАПІЯ В СИСТЕМІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Смутність та характеристика арт–терапії в системі дошкільної освіти

Задовго до появи вербального спілкування люди намагалися виразити свої почуття та емоції за допомогою малюнка. У процесі індивідуального розвитку людина коротко повторює історію філогенезу: дитина може малювати, не навчившись писати, а іноді навіть не навчившись говорити. Для людини творчість є однією з можливостей проникнути у внутрішній світ і пізнати себе. Воно торкається найкращої, найсвітлішої, найбагатшої та найширшої сторони нашої душі. Коли людина пише, малює, різьбить з глини чи виражає себе в інших мистецьких формах, це дозволяє їй розслабитися, відкрити своє серце і хоча б на короткий час знайти гармонію з собою. Крім того, творчість є ефективним психотерапевтичним методом, який зараз широко використовується в практичній психології і називається арт–терапією.

Діти дошкільного та молодшого шкільного віку зазвичай не можуть висловити, що саме їх турбує. Дітям іноді сняться чудовиська, чий зловісний вигляд їх лякає. Якщо дитина намагається намалювати або надати їм символічного значення, щоб висловити свій страх, вчитель повинен пояснити, що це добрий казковий дракон, який відганяє зло і захищає маленьких дітей. Вчені зазначають, що, на відміну від дорослих, у дітей існує тісний зв'язок між фізіологічними та психічними аспектами. Дорослі постійно контролюють їхню поведінку, а діти відразу висловлюють свої почуття. Тому в плані творчості діти відображають свої почуття, не замислюючись, не намагаючись проаналізувати їх з етичної чи естетичної точки зору. Особливо діти з порушеннями мовлення, які не можуть повністю виразити свої почуття та емоції, можуть це дуже успішно робити за допомогою образотворчої діяльності. При цьому образотворча діяльність є і компенсаторним фоном для самореалізації, і засобом спілкування, і опорою для діагностичної та корекційної діяльності/

Мистецтво створює позитивні умови для вивчення внутрішнього світу та емоційного стану особистості. Спонтанний вияв власних емоцій, почуттів, щирість, сам процес творчості, а не оцінка аудиторією професіоналізму артиста чи музиканта – ось ключ до арт–терапії. Особливістю арт–терапії є те, що в центрі уваги не сам твір мистецтва (продукт творчості), а унікальна особистість творця, включаючи його потреби, мотивації, цінності та стереотипи. Мову мистецтва можна назвати мовою дітей. К. Ушинський писав: «... діти мислять образами, фарбами, звуками і почуттями», отже, треба спиратися на ці особливості дитячого мислення. Уява спочатку проявляється в зорових образах, а вже потім у словах.

Насамперед творча активність дошкільника в цій діяльності сприяє формуванню в ньому основних уявлень про його внутрішній світ, включаючи його думки, почуття, мрії, бажання, мотиви, плани, ідеали, цілі, прагнення, а також позитивне ставлення до нього та утвердження світогляду на основі інтелектуальної та емоційної сприйнятливості.

Арт–терапія є найбільш щадним методом роботи з «важкими» дітьми. Діти можуть не говорити або визнати свої проблеми, але вони ліплять, рухаються та виражають себе через рухи тілом. Психічне напруження можна зняти за допомогою арт–терапії на заняттях. Дитина стає пасивним через невелику кількість психічних і фізичних відхилень. Її потреба в активній взаємодії зі світом зменшується, а коло її інтересів розширюється. Таким чином, здатність адаптуватися також знижується. Дитина «йде в себе», вважаючи, що не може вийти зі своєї ситуації. Арт–терапія, у свою чергу, дозволяє розірвати це замкнене коло.

Термін «арт–терапія» має багато визначень. Англійські вчені визначають арт–терапію як творчий метод лікування, який використовує мистецтво як засіб символічної, невербальної комунікації. Цей метод створює сприятливе середовище для встановлення та підтримки позитивних відносин між учасниками терапевтичного процесу, що дозволяє досягти особистих і соціальних терапевтичних цілей кожного пацієнта.

Термін «арт–терапія» дослівно означає «мистецтво, майстерність» і «терапія» – «лікування, терапія». Тут не йдеться про мистецтво в цілому, а про його візуальні різновиди, такі як живопис, графіка, скульптура, дизайн та інші види творчості, в яких візуальний канал комунікації є ключовим. Енциклопедія освіти визначає арт–терапію як «лікувально–профілактична й корекційна діяльність із використанням синтезу галузей наукових знань –

педагогіки, психології, мистецтва, медицини» і як складову психотерапії.

В науково-педагогічній літературі «арт-терапія» визначається як допомога дітям чи групі дітей покращити своє емоційне та психічне здоров'я за допомогою художньої діяльності. «Комплекс теоретичних і практичних ідей, нових технологій, різноманіття зв'язків із соціальними, психологічними й педагогічними явищами» – це термін, який використовувався для опису арт-терапії. О. Федій вважає її «терапією мистецтвом, турботам про душу дитини за допомогою мистецтва». Арт-терапія включає різноманітні творчі дії, від зображальних до театральних.

Арт-терапія – це область, яка використовує невербальну мову мистецтва для розвитку особистості, що дає можливість контактувати з глибинними аспектами нашого духовного життя. Через те, що в цьому випадку вплив психотерапевта на особистість дитини мінімальний, а процес лікування більше схожий на заняття хобі, арт-терапію називають «м'якою». Таким чином, значення та користь такої терапії не повинні бути недооцінені.

Згідно з В. Беккером-Глошу, мета арт-терапії не полягає в тому, щоб виявити психічні порушення чи вади. Навпаки, вона підтримує сильні сторони людини та чудово підтримує її.

Арт-терапія приваблива тим, що вона в основному використовує невербальні способи спілкування та самовираження. Права півкуля мозку є частиною процесу творчості, яку людина не так часто використовує в повсякденному житті. Для нормального, гармонійного розвитку особистості розвиток обох півкуль має бути рівним, а взаємодія між ними нормальна. Більш того, робота правої півкулі потрібна для деяких видів діяльності людини, таких як творчість, інтуїція, освіта, дружба, побудова родини, виховання дітей, любов і романтизм.

Арт-технології – це система педагогічних прийомів, методів та форм організації освітнього процесу, яка базується на використанні засобів мистецтва для розвитку особистості, її креативності, емоційності, сенсорного досвіду та самовираження.

Арт-технології в освіті – це освітні технології, які інтегрують мистецтво в навчально-виховний процес з метою естетичного, інтелектуального, емоційного та духовного розвитку дитини (О. Сухомлинський).

Арт-технології – це педагогічно організовані способи використання різних видів мистецтва (музика, живопис, театр, танець) у навчанні та вихованні, що сприяють творчому розвитку та формуванню художньо-естетичної компетентності.

Арт-технології – це особливий вид інтерактивних методів, що передбачає творче самовираження дітей у художньо-естетичній діяльності та забезпечує всебічний розвиток особистості (Н.Ничкало).

Загалом аналіз відмінностей між арт-терапією та арт-технологіями базується на їхніх цілях, підходах, методах застосування та очікуваних результатах у педагогічній або корекційно-розвивальній діяльності.

Арт–терапія			Арт–технології		
Мета застосування					
Має корекційно–реабілітаційну мету – зцілення, емоційне розвантаження, зняття тривожності, подолання страхів (наприклад, заняття з дитиною, яка пережила стрес, для емоційного розвантаження через малювання пальцями.			Має педагогічну та розвивальну мету – формування творчих здібностей, розвиток креативного мислення, естетичного смаку (наприклад, заняття аплікації для розвитку дрібної моторики та уяви у дітей раннього віку).		
Орієнтація на результат					
Орієнтована на процес самовираження та емоційний стан дитини, результат мистецтва не оцінюється (дитина вільно обирає кольори й форми, не обмежується зразком).			Орієнтована на навчальний результат: техніка виконання, акуратність, дотримання інструкцій, розвиток умінь (виготовлення поробки за чітким алгоритмом (наприклад, «Квіточка з серветок»)).		
Методичний підхід					
Використовується як допоміжний			Використовується як методика у		

психотерапевтичний інструмент, часто у співпраці з психологом (пісочна терапія для роботи з агресивною поведінкою)	освітньому процесі для розвитку творчості та сенсорики (розмальовування геометричних фігур для розвитку поняття кольору і форми).
Керованість та структура	
Процес вільний, індивідуалізований, не завжди передбачає чіткий результат (імпровізований колаж із підручних матеріалів).	Процес структурований, з чітким етапом виконання, часто – груповий (створення тематичної композиції до свята).

Отже, арт-терапія – це психологічний інструмент, спрямований на внутрішній світ дитини, а арт-технології – це дидактичний засіб, що використовується у навчанні для стимулювання сенсорного та креативного розвитку. Обидва підходи можуть взаємодоповнювати одне одного в освітньому процесі, особливо у роботі з дітьми раннього віку.

Взаємозв'язок між арт-терапією та арт-технологіями в системі дошкільної освіти полягає в тому, що обидва напрями базуються на використанні мистецтва як засобу розвитку, навчання та емоційної підтримки дитини, але мають різні акценти:

1. Спільне підґрунтя: арт-терапія і арт-технології використовують творчість як інструмент впливу на психіку дитини; в обох випадках основними засобами є малювання, ліплення, аплікація, музика, театралізація, рухи тощо. І арт-терапія, і арт-технології сприяють розвитку сенсорної сфери, уяви, емоцій, комунікації, пізнавальних здібностей.

2. Взаємо доповнення в практиці ЗДО: арт-технології можуть містити елементи арт-терапії, наприклад вправи на розрядку емоцій (малювання настрою, казкотерапія), створення сенсорного середовища через колір, текстуру, звук. Арт-терапевтичні підходи стають ефективним інструментом у руках вихователя під час: адаптації новачків до ЗДО, роботи з тривожними чи замкненими дітьми, подолання конфліктів у групі. Прикладами практичного поєднання є: заняття з використанням пісочної терапії може виступати як арт-терапевтичне (зняття стресу) і арт-технологічне (вивчення форм, розмірів, сюжетне моделювання); виготовлення «світлої казки» з тіньовим театром – емоційна рефлексія + розвиток мовлення та креативності.

Отже, до недавнього часу арт-терапія використовувалася лише в психотерапевтичних цілях. Останнім часом зростає інтерес до квінтесенції різних видів мистецтва, а також до того, як вони можуть бути використані в комплексі для впливу на психічне та педагогічне розвиток дітей шляхом зміни їхніх поглядів на життя, діяльність, творчість і поведінку, серед інших факторів.

Сам процес художньої творчості, який дозволяє висловити, пережити та вирішити внутрішні проблеми людини, може бути корисним для терапії. А. Хілл говорить про те, що образотворча діяльність може допомогти пацієнту відволіктися від «хворобливих переживань».

Історичні аспекти арт-терапії та арт-технології

На початкових стадіях терапії мистецтвом використовувалася концепція психоаналізу, згідно з якою кінцеві результати творчості пацієнта, будь то малюнки, фарби, ліплення чи конструювання, сприймалися як відображення неусвідомлюваних процесів, що відбуваються в його психіці. Арт-терапія виникла лише на початку 1800-х років, коли французький психіатр Ж.-Е. Ескероль використав музику як цілющий засіб для лікування своїх пацієнтів. Зокрема, апаратна та вокальна терапія. У цьому випадку лікування здійснюється через резонансне звучання «живої музики», яке покращує психічний стан дитини та її організм в цілому, а також її комунікацію.

А. Хілл вперше використав термін «арт-терапія» в 1938 році. На думку першопрохідців арт-терапії, спонтанне малювання та ліплення дозволяє людині проявити своє внутрішнє «Я».

Андріан Хілл вперше використав цей термін у 1938 році, описуючи свою роботу з хворими на туберкульоз, і він незабаром став широко поширеним. Андріан Хілл був арт-

педагогом у спеціальних госпіталях для туберкульозних хворих. Він звернув увагу на той факт, що творчість може допомогти хворим швидше і легше одужати. Пацієнти відволікаються від своїх проблем.

М.Герньєр (Matthew Gernier, «Puppetry a san Art Therapy Technique with Emotionally Disturbed Children», Alexandria, Virginia, 1983) розглядає ляльковий театр як метод арт-терапії для лікування дітей з емоційними розладами. Цей метод використовує театральне мистецтво для діагностики та лікування, оскільки він дає людям можливість соціалізації, самовираження та вирішення емоційних конфліктів через створення ляльки, постановку вистави та певні сценічні дії в спектаклі. Зокрема, науковець вважає, що лялькотерапія є найкращим методом арт-терапії для групової терапії, оскільки для дитини «це безпечний канал зв'язку з оточуючими людьми», що дозволяє їй «висловлювати свої ідеї та почуття вільно та анонімно» «ховаючись за лялькою». Дитина робить це, не відчуючи винагороди за те, що говорить, що дозволяє «розкрити негативні почуття до батьків, сестер та братів» і так далі.

Публікації фахівців із країн Східної Європи містять важливий досвід використання методів арт-терапії в роботі з дітьми з функціональними обмеженнями. Відомий естетичний педагог і психотерапевт Р. Шоу придумав метод «пальчикового живопису», який зараз дуже популярний у Польщі. Ідея цього методу виникла в результаті необхідності включити мистецтво в терапію розумово відсталих дітей, а також дітей, які страждають на параліч. При такому малюванні не потрібно координувати велику групу м'язів, тому «обмеженість рухів під час роботи з фарбами не заважає творчому самовиявленню дітей». Дитині легше вирішувати проблеми, коли вони розуміють значення свого внутрішнього світу. Таким чином, можна сказати, що одні з науковців наголошують на тому, що художня творчість допомагає психологу спілкуватися з дитиною та отримати доступ до її переживань; інші наголошують на тому, що художня творчість, перш за все, допомагає відволіктися від болісних думок і створити позитивний настрій; і треті наголошують на тому, що художня творчість сама по собі має здатність перетворити почуття дитини та подолати деструктивні. Ю. Гундєртайло вважає, що необхідно створити єдину систему арт-терапевтичної роботи в дошкільних закладах. Ця система повинна враховувати дітей, на яких спрямований арт-терапевтичний вплив, а також рівень їх психологічного здоров'я.

Отже можна виділити *історичні аспекти арт-терапії у роботі з дітьми дошкільного віку*.

1. Зародження арт-терапії (початок XX століття). Арт-терапія як метод формувалася на перетині психоаналізу (З. Фрейд, К. Юнг) і мистецтва. Вперше увагу до дитячого малюнка як засобу самовираження та діагностики звернув Зігмунд Фрейд, зазначаючи його символічний характер. Карл Юнг використовував образи та символи у власній практиці, вважаючи малюнок шляхом до несвідомого.

2. Арт-терапія в роботі з дітьми (1930–1950–ті роки). У цей період арт-терапія починає використовуватись у клінічній психіатрії та роботі з дітьми, які мали психічні або поведінкові розлади. Один із піонерів арт-терапії – Маргарет Наумбург, яка в 1940–х рр. застосовувала мистецтво як засіб психотерапії у дітей з емоційними порушеннями. Вона запровадила термін «динамічна арт-терапія», де малюнок виступає заміном вербального мовлення дитини.

3. Інституціоналізація арт-терапії (1960–1980–ті роки). Арт-терапія починає визнаватися офіційною психотерапевтичною практикою в Європі та США. Виникають професійні асоціації (наприклад, Американська арт-терапевтична асоціація – ААТА, 1969). Активно розробляються методики для роботи з дошкільниками – використання малювання, ліплення, кольоротерапії, казкотерапії.

4. Арт-терапія в системі дошкільної освіти (кінець XX – початок XXI ст.). Арт-терапія поступово впроваджується у практику дошкільного навчання як метод розвитку емоційної сфери, зниження тривожності, подолання адаптаційних труднощів. В Україні починає активно розвиватися з початку 2000–х рр., зокрема в роботі О. О. Савченко, О. М. Міщук, І. В. Тарасової.

5. Сучасний етап. Арт-терапія стала багатовекторною галуззю: музикотерапія, ізотерапія (малюнок), лялькотерапія, казкотерапія, пісочна терапія тощо. Вона інтегрується у методичну систему ЗДО та використовується як частина розвивальних і корекційних програм.

Основна увага – розвитку сенсорної сфери, емоційного самовираження, формуванню безпечного середовища для дитини.

Історія арт-терапії у роботі з дітьми дошкільного віку свідчить про її ефективність як м'якого, безпечного засобу емоційного розвитку, який адаптується до потреб дітей завдяки використанню природних форм активності – гри та творчості.

Розвиток арт-технологій у роботі з дітьми дошкільного віку охоплюють процес становлення мистецьких засобів як освітньо-розвивального інструменту у системі дошкільної освіти. Арт-технології мають витоки в ідеях гуманістичної педагогіки, а також у світовому досвіді використання мистецтва для всебічного розвитку особистості дитини.

1. Початок ХХ століття – основа художнього підходу. Педагоги-гуманісти (М. Монтессорі, Ф. Фребель, С. Русова) наголошували на значенні мистецтва як засобу розвитку сенсорики, мислення, мовлення та уяви. З'являються перші ігрові методики з елементами художньої діяльності, наприклад, заняття з природним матеріалом, робота з формами, кольорами.

2. 20–30-ті роки ХХ ст. – становлення художнього виховання. Активно впроваджуються ідеї В. Сухомлинського, А. Макаренка про важливість художньо-естетичного виховання. Мистецтво (малювання, співи, рухи) починає виступати складником комплексного розвитку дитини у ЗДО.

3. 60–80-ті роки – впровадження авторських методик. Розробляються цілісні програми, що поєднують образотворчу діяльність із пізнавальною. Поширюється використання тематичних малюнків, казкових сюжетів, творчих занять як освітніх технологій. Впроваджуються перші технологічні підходи: наочні, практико-діяльнісні, модульні методики.

4. 90-ті роки – переосмислення арт-підходів. У зв'язку з оновленням освіти в Україні зростає інтерес до особистісно орієнтованого підходу. Арт-технології починають сприйматись як засіб не лише навчання, а й самовираження дитини. Поширюється поняття інтегрованих занять, де мистецтво поєднується з мовленням, логікою, етикою.

5. 2000-ті роки – інтеграція арт-технологій у систему ЗДО. З'являються новітні технології: пісочна анімація, театралізація, кольоротерапія, ізотерапія. Освітні програми («Дитина», «Українське дошкілля», «Світ дитинства») активно впроваджують мистецтво як ключовий засіб розвитку. Арт-технології починають використовуватися у створенні сенсорного середовища, розвитку емоційного інтелекту.

6. Сьогодення – цифрові арт-технології та інклюзія. Активне використання цифрових засобів, онлайн-ресурсів, інтерактивних панелей для малювання, віртуальних галерей. Арт-технології пристосовуються до інклюзивної освіти: застосовуються методи казкотерапії, арт-медитації, терапевтичного малювання. Педагоги використовують бізборди як арт-засіб для стимуляції сенсорного, емоційного і пізнавального розвитку.

Історичний розвиток арт-технологій у роботі з дошкільниками демонструє поступовий перехід від простої художньої діяльності до цілісної педагогічної технології, яка впливає на розвиток особистості дитини через мистецтво, інтегруючи виховання, навчання, сенсорну активність та емоційну підтримку.

Відмінності вітчизняної і зарубіжної системи арт-терапії з дітьми дошкільного віку

1. За кордоном методи арт-терапії використовуються в основному професійними арт-терапевтами в країнах, де арт-терапія та інші види терапії мистецтвом зареєстровані як самостійні парамедичні спеціальності. Такі спеціалісти використовують лише методи арт-терапії, працюючи відповідно до стандартів і навантажень у цих країнах, зосереджуючись на корекційному втручанні щодо обмеженого числа дітей. У деяких випадках ці професіонали також виконують профілактичні функції в освітніх установах. В Україні різні фахівці використовують методи арт-терапії для психологічної допомоги дітям. У медичних закладах цим займаються дитячі психіатри, лікарі-психотерапевти та клінічні психологи, а в освітніх закладах – вчителі-психологи, іноді і вчителі. У них різний рівень володіння даними методами.

2. Використання методів дитячо-підліткової арт-терапії в освітніх і медичних установах в Україні та за кордоном поки що не широко. Багато факторів перешкоджають

широкому впровадженню арт-терапії в освітніх і медичних установах, незважаючи на її значні можливості та позитивні ефекти для дітей. Серед цих факторів відносна новизна даних методів, недостатня розробленість теоретико-методологічних, технологічних і організаційних питань, а також обмежена кількість наукових доказів щодо її корекційних і розвиваючих ефектів.

3. Розвиток системи арт-терапевтичних послуг в освітніх і медичних установах в нашій країні та за кордоном вимагає більш розробленої методологічної бази та більшої кількості досліджень, спрямованих на підтвердження їхнього впливу.

4. Різні місця, де використовується арт-терапія (дитяча поліклініка, різні частини психіатричної системи, спеціалізовані реабілітаційні центри, дошкільні заклади, масові та корекційні школи, центри додаткової освіти тощо).

Окрім того можна зазначити й інші *критерії відмінностей*:

Вітчизняна система	Зарубіжна система
Теоретико-методологічна база	
Більше спирається на педагогічні концепції В. Сухомлинського, С. Русової. Арт-терапія часто трактується як частина художнього та емоційного розвитку, а не як окрема терапевтична галузь. Більше орієнтації на корекційно-розвивальну роботу у ЗДО.	Базується на психотерапевтичних школах (К. Роджерс, А. Лоуен, Е. Крамер). Арт-терапія – офіційно визнаний напрям психотерапії з чіткими методами й техніками. Ширше застосовується для роботи з психологічними травмами, ПТСР, аутизмом, девіаціями поведінки.
Цілі арт-терапії	
Основна мета – розвиток творчих здібностей, емоційної сфери, комунікативності. Часто реалізується в освітньому середовищі (ЗДО, школи).	Орієнтована на глибинне опрацювання емоцій, психічних станів. Часто використовується в клінічній, соціальній та інклюзивній терапії.
Спеціалісти	
Арт-терапією здебільшого займаються вихователі, педагоги, іноді психологи. Відсутні чітко визначені професійні стандарти арт-терапевтів.	Арт-терапевти – це сертифіковані фахівці з психологічною або медичною освітою, які проходять спеціальну підготовку. Існують професійні асоціації (наприклад, AATA – American Art Therapy Association).
Форми та методи	
Використовуються малювання, аплікації, ліплення, частіше – у вигляді групових занять у ЗДО. Поширені методики – «Малюнок сім'ї», «Кольоротест», робота з казкою.	Застосовують арт-медитації, маскування, колажі, інсталяції, фототерапію, тілесно-рухову терапію. Робота ведеться як індивідуально, так і в групах, з акцентом на особистий досвід.
Приклади	
У ЗДО проводиться заняття з малювання емоцій: діти зображають свій настрій кольорами. Казкотерапія: діти вигадують кінець до казки, щоб виразити свій внутрішній стан	Арт-терапія для дітей з аутизмом у клініці: створення масок для вивчення емоційної ідентичності. В терапевтичному центрі проводяться сесії з візуального щоденника (Visual Journaling) – глибока робота над емоційними травмами.

Хоч обидві системи мають спільну мету – розвиток і підтримку психоемоційного стану дитини через мистецтво, вітчизняна арт-терапія більше зорієнтована на розвиток, тоді як зарубіжна – на лікування і глибоку психокорекцію. В Україні арт-технології все більше інтегруються у дошкільну освіту, тоді як у світі арт-терапія має статус самостійної психотерапевтичної практики. Сьогодні дедалі більше поширюється новий напрям арт-терапії – педагогічний, що передбачає корекційно-педагогічну діяльність вихователів, педагогічне лікування, пропагування здоров'язбережувальних цінностей через засоби художньої

діяльності та мистецтва.

Арт–терапія виступає не лише як засіб художнього розвитку, а як потужний інструмент психолого–педагогічної підтримки дошкільників у період активного емоційного і соціального становлення. *Основні завдання арт–терапії у роботі з дітьми дошкільного віку:*

1. Розвиток емоційної сфери
 - Допомогти дитині виражати та усвідомлювати власні емоції.
 - Зменшення внутрішньої напруги, страхів, тривожності.
 - Формування позитивного емоційного досвіду через творчість.
2. Підтримка психічного здоров'я
 - Створення безпечного простору для невербального самовираження.
 - Попередження або корекція емоційно–поведінкових розладів.
 - Робота з травматичними переживаннями у безпечній формі.
3. Розвиток соціальних навичок
 - Формування вміння співпрацювати, домовлятися, діяти в групі.
 - Зменшення замкненості, агресивності, труднощів у комунікації.
 - Розвиток емпатії та емоційного інтелекту.
4. Сприяння самопізнанню та самовираженню
 - Стимулювання творчості, уяви, фантазії.
 - Розкриття індивідуальності та потенціалу дитини.
 - Підвищення самооцінки та впевненості у собі.
5. Розвиток дрібної моторики та когнітивних функцій
 - Через образотворчу діяльність покращується координація, моторика рук.
 - Розвивається пам'ять, увага, логічне мислення, мовлення.

У цьому контексті основними *функціями арт–терапії у роботі з дітьми дошкільного віку* є:

1. Корекційна функція– сприяє подоланню емоційних, поведінкових, соціальних труднощів у дітей. Арт–терапія допомагає зменшити тривожність, агресивність, страхи, сприяє нормалізації психоемоційного стану.
2. Розвивальна функція – забезпечує розвиток уяви, фантазії, творчого мислення, дрібної моторики, мовлення, пам'яті, уваги, емоційного інтелекту. Стимулює загальний психічний розвиток дитини.
3. Функція діагностики. Творчість дозволяє виявити емоційний стан, внутрішній світ, потреби та переживання дитини. Це особливо важливо для дошкільного віку, коли вербальне самовираження ще недостатньо. Кожен продукт творчості є «особливим документом, який містить багато інформації про свого автора...., але не може бути основою для постановки діагнозу»; створення можливості у процесі спостереження отримати інформацію про розвиток індивідуальних особливостей дошкільників, про їх естетичний розвиток, інтереси та цінності, внутрішній світ, виявити проблеми, які потребують спеціального коригування, і визначити реальне положення кожного в колективі.
4. Профілактична функція – запобігає розвитку психологічних труднощів, конфліктів, комплексів, сприяє формуванню здорової особистості та позитивної самооцінки. Поліпшення самооцінки, налагодження способів взаємодії з іншими людьми, профілактика неадекватних форм поведінки, тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості, творчої скутості.
5. Соціалізуюча функція – формує навички комунікації, співпраці, вміння взаємодіяти в групі однолітків, проявляти ініціативу, враховувати думку інших.
6. Катарсична – очищення, звільнення від негативних станів.
7. Освітньо–виховна (направлена на розвиток особистості та засвоєння нею дійсності засобами мистецтва, що забезпечують отримання знань у сфері мистецтва та практичних навичок у художньо–творчій діяльності; формування морально–естетичних, комунікавно–рефлексивних основ особистості, що сприяє її соціокультурній адаптації за допомогою мистецтва).

Показники для використання арт–терапії в корекційній роботі з дітьми з проблемами розвитку включають порушення в розвитку психоемоційної сфери (емоційна депривація,

переживання емоційного відторгнення, почуття самотності, складності емоційного розвитку, актуальний стрес, депресія, зниження емоційного тону, лабільність, імпульсивність, підвищена тривожність, страхи, фобії).

Арт-терапевтичні заняття, які є творчими, дозволяють вихователям з'ясувати, чому відбуваються певні відхилення в поведінці та діяльності дітей, а також глибше пізнавати та краще розуміти дітей, розвивати взаємини з ними та допомогти вихованцям адаптуватися до соціуму.

Особливості використання арт-терапії в освітньому процесі ЗДО

Особливості використання арт-терапії в освітньому процесі закладу дошкільної освіти (ЗДО) полягають у поєднанні педагогічних, психологічних і творчих компонентів, які сприяють гармонійному розвитку дитини.

Ігровий і творчий характер. Арт-терапія у ЗДО реалізується через ігрові та художні види діяльності: малювання, ліплення, аплікацію, музикування, драматизацію тощо. Це відповідає віковим особливостям дітей та сприяє їх активному залученню. Наприклад: створення «емоційного дерева» – діти малюють емоції, які відчували протягом дня.

Безпечне середовище для самовираження. Арт-терапія дозволяє дітям виражати свої емоції, страхи, переживання без слів, що особливо важливо для дошкільного віку, коли словесна комунікація ще недостатньо розвинена. Наприклад: ізотерапія для зняття тривожності – діти малюють фарбами пальцями.

Психокорекційна спрямованість – методи арт-терапії допомагають вирішувати емоційні, поведінкові й соціальні труднощі дітей у м'який, ненав'язливий спосіб (казкотерапія як спосіб подолання агресивності або страху (спільне обговорення поведінки героїв)).

Індивідуалізація підходів – заняття можуть бути як груповими, так і індивідуальними, з урахуванням особистісних та емоційних потреб кожної дитини. Наприклад: дитині, яка зазнала емоційної травми, педагог індивідуально пропонує створити «Книжку почуттів».

Інтеграція з іншими видами діяльності – арт-терапія природно поєднується з іншими напрямками: мовленнєвим розвитком, ознайомленням із навколишнім світом, розвитком дрібної моторики, мислення (під час вивчення пори року діти не лише слухають вірші, а й створюють колективну аплікацію «Осінній настрій»).

Підтримка емоційного благополуччя завдяки регулярному використанню арт-терапії вдається зменшити рівень психоемоційного напруження, формувати навички емоційного саморегулювання (регулярні релаксаційні хвилини з музикою і малюванням на піску).

Переваги та недоліки використання арт-терапії в роботі з дітьми дошкільного віку

Переваги	Недоліки
Сприяє розвитку емоційної сфери дитини (усвідомлення, вираження почуттів)	Потребує спеціальної підготовки педагогів
Створює безпечне середовище для самовираження	Може мати обмежену ефективність без супроводу психолога
Підходить дітям із різним рівнем розвитку та мовленнєвими труднощами	Вимагає часу для підготовки матеріалів і організації процесу
Розвиває креативність, уяву, дрібну моторику	Не всі діти спочатку охоче залучаються до творчої діяльності
Можлива інтеграція з іншими видами діяльності (мовлення, математика тощо)	Обмеженість матеріально-технічної бази в деяких ЗДО
Сприяє зниженню тривожності, агресивності	Результат арт-терапії не завжди легко оцінити або стандартизувати
Зміцнює стосунки між педагогом і дитиною	Може бути недооцінена через відсутність чітких «академічних» результатів

Особливість арт-терапії як освітньої технології характеризується такими рисами соціально-педагогічних технологій, як:

- універсальність (можна використовувати на різних об'єктах для вирішення подібних або часто виникаючих завдань);
- конструктивність (спрямованість на вирішення конкретних проблем перевіреними способами);
- результативність (орієнтація на кінцевий результат, що перевіряється);
- оперативність (можливість реалізувати технологію в найкоротший термін);
- відносна простота (наявність проміжних етапів і операцій, доступних для фахівців, які мають відповідні
- опора на позитивні якості особистості (визначення позитивних якостей дітей, створення ситуацій успіху, виявлення позитивної поведінки дитини);
- конфіденційність (створення довіри, дотримання службової таємниці);
- співпраця різних фахівців у вирішенні проблем дитини (психолог, лікар, адвокат, вчителі тощо можуть працювати з дитиною).

ФОРМИ ТА ВИДИ АРТ-ТЕРАПІЇ В СИСТЕМІ ОСВІТИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Техніки арт-терапії використовуються для лікування широкого спектру проблем. Це можуть включати психічні травми, втрати, кризові ситуації, внутрішні та міжособистісні конфлікти, постстресові, невротичні та психосоматичні розлади, вікові кризи, проблеми з поведінкою тощо.

Арт-терапія має два основні підходи: *пасивний і активний*. Пасивна методика дозволяє дітям споживати творчі роботи інших людей. Наприклад, ви можете дивитися зображення, читати художні твори, слухати музику та так далі. Активна методика передбачає самостійне створення творчих продуктів, при цьому не оцінюється краса та естетична цінність результатів.

Три основні форми арт-терапії: групова, індивідуальна та сімейна.

Індивідуальні заняття допомагають зняти емоційне напруження, подолати страх і негативні емоції, а також зменшити наслідки поганого виховання в сім'ї. Мета: більш детальне вивчення особистісних переживань, проблем поведінки та емоційних станів. Прикладом цього є малюнок «Мій настрій», який зображений образом страху.

З іншого боку, групова робота дозволяє дітям задовольнити потребу в спілкуванні з однолітками, навчитися висловлювати свої думки та поважати думку інших. Це спрямовано на групову взаємодію між дітьми. Мета: покращити спілкування, співпрацю та взаєморозуміння. Створення колективної казки або колективна аплікація «Дерево дружби» є прикладами.

Поєднання двох видів роботи є найкращим варіантом. Наприклад, ми починаємо з індивідуальної корекції, а потім включаємо групову. Заняття такого типу можна проводити двічі на тиждень протягом 30 хвилин.

Вибір арт-терапевтичної техніки залежить від віку та індивідуальності дитини. Наприклад, для дітей раннього та молодшого дошкільного віку можна використовувати пісочну терапію; для дітей середнього та старшого дошкільного віку можна використовувати ізотерапію та роботу з пластичними матеріалами, такими як пластилін, тісто та глина.

Організаційними формами арт-терапії в системі освіти можуть виступати:

- індивідуальне арт-терапевтичне консультування, у якому засоби візуальної, проективно-символічної комунікації активно застосовуються під час психологічного консультування (малюнок, ліплення, створення композицій з піску, робота з різними проективними матеріалами, такими як фотографії та стомлені малюнки);
- групова арт-терапія, у якій учасники обговорюють інтерактивні закриті або напіввідкриті теми.
- сімейна арт-терапія, також відома як сімейна арт-терапія, відрізняється від традиційних сімейних консультацій і сімейних психотерапій тим, що вона базується на використанні образотворчих інструментів для визначення та корекції сімейних відносин. У деяких ситуаціях освітні заклади можуть також проводити роботу арт-терапевта, таку як виставки, художні інсталяції та ландшафтні проекти, пов'язані з внутрішнім дизайном закладу

та прилеглою до нього територією. У той же час вони вимагають, щоб фахівці глибоко розуміли психологічні та моральні ризики, пов'язані з такими заходами.

Види арт-терапії в системі освіти дітей дошкільного віку

Вид арт-терапії	Характеристика	Приклади в ЗДО
Ізотерапія	Малювання, живопис, графіка	Малювання емоцій, створення фантастичних істот
Казкотерапія	Використання казок для осмислення переживань	Казкові історії, складання власних казок, інсценізації
Музикотерапія	Слухання, виконання та створення музики	Танці під музику, гра на дитячих інструментах
Драматерапія	Рольові ігри, театралізація	Ляльковий театр, інсценізації казок, емоційні імпровізації
Пісочна терапія	Гра з піском і створення фігур	Малюнки на піску, побудова «пісочних» історій
Ліплення (скульптотерапія)	Створення об'єктів з глини, пластиліну або тіста	Ліплення героїв казок, моделей почуттів
Терапія кольором	Вплив кольорів на емоційний стан	Вибір кольору за настроєм, розмальовки за емоціями
Терапія рухом (танцетерапія)	Виразження емоцій через рух і танець	Танцювальні етюди, «рух за настроєм»
Колажна терапія	Створення зображень із різних матеріалів	Колажі «Мій світ», «Мое бажання», «Казковий ліс»
Лялькотерапія	Взаємодія з лялькою як проєкція власних переживань	Розігрування життєвих ситуацій, спілкування через ляльку

Застосування різних форм і видів арт-терапії у ЗДО дозволяє педагогам створити комфортне, безпечне й творче середовище, яке сприяє емоційному, соціальному, сенсорному та інтелектуальному розвитку дошкільника. Арт-терапія забезпечує індивідуалізацію навчального процесу й одночасно гармонізує внутрішній світ дитини.

Арт-терапевтична робота у ЗДО включає в себе: нетрадиційні напрямки з образотворчої діяльності направлені на корекцію мотиваційної сфери дитини, та передбачає психологічний супровід сюжетних ліній, створених дитиною; створення колажів із малюнків, фотографій, символів, природних матеріалів навчає дитину «спілкуватись» з навколишнім середовищем;

- нетрадиційні форми роботи з папером мають на меті психокорекцію моторної, когнітивної, мотиваційної сфери дитини;
- робота з тістом (тісто-пластика) передбачає корекцію рухових, пізнавальних та творчих можливостей дитини;
- малювання губкою, пальцями та долонями, використовуючи різну основу (папір, картон, тканина), підвищує потреби в активності та реалізації моторних та емоційних можливостей дитини;
- сенсорна інтеграція передбачає знайомство дитини з формою, розміром, площиною та частинами предметів, що сприяє психокорекції пізнавальних процесів, мотивації, а також підвищенню соціальної адаптації дитини.

Основні правила арт-терапії з дітьми дошкільного віку

Окрім загальних принципів проведення арт-терапії, існують конкретні правила, яких має дотримуватися арт-терапевт (або вихователь, який інтегрує елементи арт-терапії), щоб забезпечити ефективність, етичність та безпеку процесу. Ці правила є практичним посібником для взаємодії з дітьми та їхніми творчими проявами.

1. Правило «Немає неправильних малюнків (робіт)». В арт-терапії немає понять «правильно» чи «неправильно», «гарно» чи «негарно» щодо дитячих робіт. Кожна робота є унікальним вираженням внутрішнього світу дитини, її почуттів, думок та уяви. Чому важливо: Оцінювання блокує спонтанність, креативність та бажання самовиражатися. Дитина може

боятися робити «помилки», що заважатиме їй виплескувати емоції та досліджувати себе. Як реалізувати: Замість: «Який гарний малюнок!» або «Ти неправильно намалював дерево!», сказати: «Я бачу, ти намалював дерево. Розкажи мені про нього», «Які кольори ти вибрав?», «Що ти відчував, коли малював це?». Заохочувати будь-які прояви творчості, незалежно від їхньої естетичної цінності.

2. Правило «Моя робота – моя власність» (повага до особистого простору). Дитина є повноправним власником своєї роботи. Вона має право вирішувати, чи показувати її іншим, чи розповідати про неї, чи забирати додому, чи залишати в групі. Арт-терапевт не може примушувати дитину демонструвати чи обговорювати свою роботу, якщо вона цього не хоче. Чому важливо: Формує почуття власності, поваги до особистих кордонів та розвиває самостійність. Дозволяє дитині відчувати контроль над своїм вираженням. Як реалізувати: «Це твій малюнок, ти можеш показати його друзям, якщо хочеш, або залишити його для себе». «Хочеш забрати свою роботу додому, чи залишиш її в нашій галереї?». Ніколи не торкатися роботи дитини без її дозволу.

3. Правило «Кожен працює у своєму темпі». Кожна дитина має свій унікальний темп роботи, свої потреби у часі для обдумування, створення та завершення. Не можна квапити дитину або порівнювати її з іншими. Чому важливо: Знижує стрес, дозволяє дитині зануритися в процес, уникнути фрустрації та розчарування, якщо вона не встигає за іншими. Як реалізувати: Давати достатньо часу для виконання завдання. Якщо хтось завершив раніше: «Ти вже закінчив? Хочеш щось додати чи відпочити? Можливо, подивишся, як працюють інші?». Уникати фраз типу: «Ти що, ще не закінчив? Подивись, Марійка вже все намалювала!».

4. Правило «Ми не обговорюємо та не критикуємо роботи інших». Усі учасники групи (діти та дорослі) повинні поважати творчість одне одного. Обговорення робіт інших має бути позитивним, описовим, без оцінок та негативних коментарів. Чому важливо: Створює підтримуючу та безпечну атмосферу в групі, де кожен відчуває себе прийнятим. Запобігає формуванню образ та негативних емоцій. Як реалізувати: Перед обговоренням робіт наголосити: «Ми дивимося на малюнки друзів і говоримо, що нам подобається, або що ми бачимо цікавого». Направляти обговорення: «Я бачу, у Олі на малюнку багато синього кольору. Оля, що це означає для тебе?». Зупиняти будь-які спроби критики чи висміювання: «Ми не сміємося над роботами інших. Це важливо для нас, щоб кожен почувався добре».

5. Правило «Матеріали для творчості – це інструменти, а не іграшки». Хоча гра є провідною діяльністю в дошкільному віці, арт-терапевтичні матеріали (фарби, пензлики, глина) використовуються за призначенням для творчості та самовираження. Важливо навчити дітей дбайливо ставитися до матеріалів. Чому важливо: Формує відповідальність, акуратність, розуміння призначення предметів. Допомогає підтримувати порядок та доступність матеріалів для всіх. Як реалізувати: На початку заняття нагадати: «Фарби нам потрібні, щоб малювати. Пензлики – щоб набирати фарбу. Після малювання ми їх помиємо». Спільне прибирання матеріалів після заняття. «Якщо ти закінчив малювати, закрій фарбу, щоб вона не засохла».

Вимоги для використання методів арт-терапії у роботі з дітьми

Використання методів арт-терапії у роботі з дітьми вимагає відповідального та професійного підходу. Ці вимоги гарантують ефективність та безпеку процесу, сприяючи гармонійному розвитку дитини.

1. Професійна підготовка фахівця

- Наявність спеціальної освіти: Фахівець, який проводить арт-терапевтичні заняття, повинен мати психологічну, педагогічну або медичну освіту з додатковою спеціалізацією в галузі арт-терапії. Це забезпечує розуміння теоретичних засад, методів та етики арт-терапевтичної роботи.
- Знання дитячої психології та вікових особливостей: Глибоке розуміння психології розвитку дітей дошкільного віку, їхніх потреб, особливостей емоційної, пізнавальної та поведінкової сфер.
- Вміння працювати з групою та індивідуально: Навички фасилітації групових процесів, створення довірливої атмосфери, а також вміння застосовувати індивідуальний підхід до кожної дитини.

- Особистісні якості: Емпатія, терпіння, безоціночне ставлення, креативність, спостережливість, здатність до рефлексії.

2. Створення безпечного та сприятливого середовища

- Фізична безпека: Забезпечення нетоксичних, гіпоалергенних матеріалів для творчості. Відсутність гострих, дрібних, травмонебезпечних предметів. Комфортне та чисте приміщення.
- Психологічна безпека:
 - Атмосфера довіри та прийняття: Дитина повинна почуватися комфортно, знати, що її вибір, почуття та творчість будуть прийняті без осуду чи критики.
 - Відсутність оцінки: Неприпустимість оцінювання дитячих робіт як «гарних» чи «поганих», «правильних» чи «неправильних». Акцент на процесі, а не на кінцевому продукті.
 - Конфіденційність: Гарантія того, що виражені дитиною через творчість почуття чи розповіді не будуть висміяні чи розголошені без поважної причини.
- Простір для творчості: Достатньо вільного місця для комфортної роботи дітей, можливість вільно пересуватися та обирати матеріали.

3. Відповідність віковим та індивідуальним особливостям

- Вікова доцільність методів і технік: Використання технік, доступних для розуміння та виконання дітьми певного віку. Для дошкільнят це переважно малювання пальцями, ліплення, колажі, робота з природними матеріалами.
- Врахування індивідуальних потреб: Адаптація завдань для дітей з різним рівнем розвитку, темпераментом, психоемоційним станом.
- Гнучкість та динамічність: Готовність змінювати план заняття в залежності від настрою та потреб дітей.
- Добровільна участь: Неприпустимість примусу до участі у занятті чи виконання конкретного завдання.

4. Наявність різноманітних художніх матеріалів

- Широкий асортимент: Доступність різноманітних матеріалів: фарби (акварель, гуаш, пальчикові), олівці, крейди, пластилін, глина, папір різної текстури та кольору, природні матеріали (листя, шишки, гілочки), клей, ножиці (безпечні для дітей).
- Стимуляція різних сенсорних каналів: Матеріали повинні дозволяти досліджувати різні текстури, кольори, форми, звуки, запахи.

5. Чітка структура заняття з гнучким підходом

- Наявність етапів: Кожне заняття повинно мати вступну, основну та завершальну частини.
- Мотивація: Зацікавлення дітей темою заняття за допомогою ігрових моментів, казок, віршів.
- Рефлексія: Можливість для дітей обговорити свої роботи, висловити почуття, не оцінюючи їх.
- Завершальний ритуал: Допомагає дітям вийти із творчого процесу та завершити заняття.

6. Взаємодія з батьками та іншими фахівцями

- Інформування батьків: Роз'яснення цілей та завдань арт-терапії.
- Обмін інформацією: За згодою батьків, обмін спостереженнями з психологами, дефектологами та іншими спеціалістами для забезпечення комплексного супроводу дитини.

Дотримання цих вимог дозволяє перетворити арт-терапію на потужний інструмент підтримки та розвитку дитини, що допомагає їй пізнавати себе, виражати емоції та адаптуватися до навколишнього світу.

МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ АРТ–ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Організаційно–педагогічні умови використання арт–технологій в роботі з дітьми

Організаційно–педагогічні умови використання арт–технологій у роботі з дітьми дошкільного віку створюють сприятливе середовище для ефективного розвитку творчого потенціалу, емоційної стабільності та особистісного зростання дитини. Нижче наведено основні умови та приклади їх реалізації:

1. Створення розвивального предметно–просторового середовища – забезпечення доступу до різноманітних матеріалів, які стимулюють творчість. Приклад: арт–зона з мольбертами, фарбами, кольоровими олівцями, пластиліном, природними матеріалами, музичними інструментами; куточки релаксації.

2. Врахування вікових та індивідуальних особливостей дітей – адаптація методик до рівня розвитку, інтересів, темпераменту кожної дитини. Приклад: для більш активних дітей – динамічні форми (танцювальна терапія, музичні імпровізації), для тривожних – спокійні форми (пісочна, ізотерапія).

3. Підготовленість педагогів до впровадження арт–технологій – забезпечення методичної обізнаності та практичних навичок у вихователів. Приклад: проведення тренінгів, майстер–класів, участь у творчих лабораторіях, консультаціях з психологом.

4. Систематичність та інтегрованість занять – регулярне проведення арт–терапевтичних заходів, включення елементів у щоденні заняття. Приклад: використання малювання, казкотерапії, музичних імпровізацій під час занять з мовлення, математики, фізкультури.

5. Психологічна безпека та підтримка дитини – створення атмосфери довіри, прийняття, свободи самовираження. Приклад: організація занять у формі гри, вільної творчості без оцінювання результату, заохочення навіть найменших проявів ініціативи.

6. Співпраця з батьками – залучення родини до арт–процесів, інформування про користь арт–технологій. Приклад: проведення спільних майстер–класів «Малюємо разом з татом і мамою», домашні творчі завдання, виставки сімейних робіт.

Такі умови забезпечують гармонійне впровадження арт–технологій у практику дошкільної освіти, підвищують мотивацію дітей, сприяють розвитку креативності, емоційної чутливості й соціальних навичок.

Організація арт–терапевтичного простору у роботі з дітьми

Організація арт–терапевтичного простору у роботі з дітьми дошкільного віку має ключове значення для ефективності терапевтичного впливу. Такий простір створює безпечне, емоційно комфортне середовище для самовираження дитини через творчість. Основні принципи організації арт–терапевтичного простору:

- Безпека та доступність: усі матеріали мають бути безпечними, нетоксичними, адаптованими до віку дітей; простір організовано так, щоб діти мали вільний доступ до інструментів (фарби, глина, олівці тощо).
- Зонування простору: виділення окремої зони для творчої діяльності (арт–зони); можливе створення кількох зон: для малювання, ліплення, колажування, музичної імпровізації тощо.
- Естетичне оформлення: приміщення має бути світлим, барвистим, з місцями для демонстрації дитячих робіт (галерея дитячої творчості); атмосфера повинна надихати, викликати позитивні емоції.
- Матеріально–технічне забезпечення: наявність мольбертів, столів для творчості, килимків для підлоги; використання різних матеріалів: фарби, глина, пісок, природні матеріали, тканина, макарони, крупи тощо.
- Гнучкість і мобільність: можливість змінювати простір відповідно до виду арт–терапевтичної діяльності (індивідуальна, групова робота, вільне малювання тощо).

Приклад арт–терапевтичного простору в ЗДО:

Компонент	Приклад реалізації
Малювальна зона	Столи з наборами фарб, пензлів, паперу, губок, серветок
Зона ліплення	Стіл з глиною, пластиліном, інструментами для моделювання
Зона релаксації	Килим, подушки, м'яке світло, спокійна музика
Виставкова зона	Стіни або стенди для розміщення дитячих робіт, які змінюються щотижня
Мобільна зона	Скриньки або коробки з тематичними наборами для арт–проектів (наприклад, «Осінь»)

Організація арт–терапевтичного простору повинна бути цілеспрямованою, емоційно безпечною та ресурсною, щоб підтримувати творчу активність і психоемоційний комфорт дитини. Такий простір – важлива складова якісного арт–терапевтичного процесу у ЗДО.

Наявність двох зон є найкращим способом організувати арт–терапевтичне середовище. Одна з цих зон повинна мати столи та стільці, які є зручними для роботи. Етюдники, настінні дошки та дошки прямо на підлозі можуть служити альтернативним обладнанням. Таким чином, дітям пропонується широкий спектр робочих поверхонь відповідно до їхніх уподобань. Крім того, діти не повинні боятися створювати безлад у «робочій» зоні арт–терапевтичного середовища. Крім того, важливо, щоб дизайн робочого середовища включав творчі продукти учасників занять.

Друга, не менш важлива частина арт–терапевтичного простору, призначена для розслаблення перед початком заняття та для групової розмови після завершення художньої діяльності. Створення найбільш комфортного місця з м'яким покриттям і звуковідтворювальною апаратурою є основним завданням заняття. У цілому, очевидно, що середовище арт–терапії має вирішальне значення для досягнення певного арт–терапевтичного ефекту. Кожна деталь створює настрій для участі в творчій діяльності, яка, у свою чергу, викликає бажання учасника розповісти про продукт, який вони створили. Всі компоненти навколишнього середовища повинні бути спрямовані на створення атмосфери довіри, спілкування, безпеки та зручності. У груповій кімнаті можна створити таке сприятливе середовище з мінімальними змінами. Матеріали, які використовуються на заняттях, повинні бути максимально різноманітними, включаючи різні фізичні характеристики, різні рівні контролю над процесом роботи та різні можливості вираження. Це дозволить максимізувати творчий потенціал дітей.

Для цього наявний простір групової кімнати необхідно поділити на такі умовні зони:

- «робоча зона» для індивідуальної творчості й колективної роботи (столи, стільці, мольберти, дошки, шафи з матеріалами);
- «чиста зона» для спілкування, групової комунікації та обговорення образотворчої продукції (коло стільців, крісел);
- вільний простір для танцю та театралізації;
- місце для збереження та виставок художніх робіт;
- доступ до води та раковини.

Дане приміщення відрізняється від арт–терапевтичного кабінету–студії широким вибором столів і стільців. Учасники групи можуть вибирати, де сидіти, змінюючи розташування столів у просторі. Це створює «персональні території», які є частиною «індивідуального психотерапевтичного простору». У кожної дитини має бути унікальний набір творчих матеріалів. Крім того, на загальному столі можуть бути інші рідкісні речовини. Приміщення повинно бути розроблено таким чином, щоб учасники групи могли спільно працювати над образотворчим проектом. Наприклад, іноді можна створити велику робочу зону, звільнивши підлогу в «робочій зоні» або перемістивши всі столи в центр кімнати. Перед початком обговорення стіни для розвішування робіт повинні бути готові. Їх також можна використовувати для створення «настінної газети» або «групової фрески». Нерідко сучасні робочі місця, призначені для групової інтерактивної арт–терапевтичної роботи, оснащені мікрофонами або відеокамерами, щоб записувати аудіо та відео з різних етапів сесії. При обладнанні таких кабінетів слід враховувати високу сприйнятливості дітей і функціональні

обмеження до найдрібніших деталей інтер'єру, таких як колір стін, якість меблів і гардин. Художнє оздоблення кабінету, таке як репродукції, повинно бути поміркованим і мінімальним, щоб не супроводжувати дитину сугестивно та не відволікати її від її веселого світу почуттів і думок.

Студія, як і інші місця для арт-терапевтичної роботи, повинні мати раковини, щоб діти могли легко мати доступ до води. Крім того, відвідувачі студії повинні мати місце для відпочинку з кріслами та столом з чаєм, щоб вони могли спілкуватися один з одним і керівником студії, не заважаючи іншим. Крім того, кабінет студії обов'язково повинен мати спеціально відведене місце для зберігання робіт дітей, якщо вони дозволяють дітям брати свої роботи з собою. Як правило, роботи повинні зберігатися на стелажах у окремих теках або демонструватися на спеціально відведеному місці. Важливо також пам'ятати, що оскільки арт-терапевтичний простір розташований поруч з ігровим простором, необхідний музичний центр, збірка музичних записів, кататимні предмети з символічним наповненням, іграшки та пісочниця. Наявність «лялькового будинку» та набору спеціально підібраних іграшок, а також великого вільного простору для гри з предметами або імпровізованого виконання ролей, є особливістю дизайну кабінету для студії арт-терапії. У кабінеті є «робоча зона» та «чиста зона» для спілкування дитини та арт-терапевта. Це пов'язано з тим, що в цьому кабінеті дорослий і дитина мають тісну особистісну взаємодію протягом усього процесу образотворчої роботи.

Особливо важливо, щоб діти мали доступ до різних видів паперу (білого та кольорового), фарб, воскової крейди або пастелі, олівців і так далі. На випадок, якщо хтось більше віддає перевагу традиційній творчій техніці, на окремому столі можуть бути заготовки для колажу, глина та інші матеріали. Використовуючи широкий спектр образотворчих матеріалів (фарби, олівці, воскова крейда або пастель, вирізки з журналів, кольоровий папір фольга, текстиль, глина, пластилін, дерево, солоне тісто, пісок з мініатюрними фігурками тощо), вибір матеріалів, з якими працює дитина, є важливим для планування арт-терапевтичного простору. Таким чином, папір для малювання повинен бути різних відтінків і форматів, а також різні пензлики, губки для великих малюнків, ножиці, нитки, різні типи клеїв, скотч і так далі. Матеріали повинні бути достатньо високої якості, оскільки це впливатиме на цінність роботи та її результати. В арт-терапевтичних студіях діти самостійно обирають, чим (яким матеріалом) працювати сьогодні. Це відрізняється від того, як у гуртках педагог регулює вибір матеріалу для дітей. Наявність функціональних обмежень у дитини та швидкість арт-терапевтичного процесу часто впливають на вибір матеріалу. Дітям на початковому етапі дають матеріали для малювання. Вже під час наступної роботи дитина отримує більш складні матеріали для роботи, що полегшує їй експериментувати з своїми почуттями та реальними об'єктами та предметами. Це дозволяє їй досліджувати свої внутрішні та зовнішні страхи, цінності та звички.

Класифікація занять арт-терапії з дітьми дошкільного віку

За тривалістю арт-терапевтичні заняття можуть значно варіюватися залежно від віку учасників, поставлених цілей, формату роботи (індивідуальна чи групова) та конкретного підходу арт-терапевта. Однак для дітей дошкільного віку існують певні загальноприйняті рамки, які враховують їхню фізіологічну та психологічну витривалість, концентрацію уваги та особливості сприйняття.

1. Короткотривалі заняття (10–20 хвилин). Ці заняття є найбільш поширеними для дітей раннього та молодшого дошкільного віку (2–4 роки). Вони орієнтовані на швидке переключення уваги, знайомство з матеріалами, вираження емоцій «тут і зараз» без глибокого аналізу. Часто інтегруються в режимні моменти або є частиною комплексного заняття. Мета: Швидке емоційне розвантаження, зняття напруги, стимуляція сенсомоторного розвитку, розвиток дрібної моторики, експресії.

Приклади:

- «Малювання настрою»: Діти швидко обирають колір і малюють свій поточний настрій.
- «Пальчикова малювання»: За 5–7 хвилин створюється простий малюнок пальцями.
- Експресивне ліплення: Коротке ліплення з пластиліну або глини для вираження емоції.

- Арт-розминка: 10-хвилинна вправа на початку заняття, що налаштовує на творчість.

2. Середньотривалі заняття (25–40 хвилин). Цей формат є оптимальним для дітей середнього та старшого дошкільного віку (4–6 років). Він дозволяє реалізувати більш складні творчі завдання, провести повноцінну структуру заняття (вступ, основна частина, рефлексія) та зануритися в процес. Мета: Розвиток уяви, формування комунікативних навичок у групі, усвідомлення та вираження емоцій, розвиток зв'язного мовлення через обговорення робіт, формування базових арт-терапевтичних навичок (символізація, проекція).

Приклади:

- «Намалюй свою сім'ю/друга»: Створення малюнка, що відображає взаємини, з подальшим коротким обговоренням.
- «Мій улюблений герой»: Створення героя з різних матеріалів (папір, глина, природні матеріали) та розповідь про нього.
- Тематичні заняття: «Подорож до лісу» (створення колективного колажу), «Мій будинок» (ліплення з глини).
- Казкотерапія з елементами творчості: Читання або розповідь казки з наступним малюванням, ліпленням або іншою творчою роботою, пов'язаною з емоціями героїв або сюжетом.

3. Довготривалі сесії (понад 45 хвилин). Такі тривалі сесії рідко застосовуються в роботі з дошкільнятами як самостійні арт-терапевтичні заняття. Вони можуть бути частиною індивідуальної корекційної роботи з дитиною, яка потребує більш глибокого занурення або спеціальних умов, або якщо арт-терапія поєднується з іншими формами психологічної допомоги. У груповій роботі з дошкільниками такі сесії можуть призвести до перевтоми та втрати інтересу. Мета: Більш глибока робота з травматичним досвідом (під наглядом досвідченого терапевта), вирішення складних поведінкових або емоційних проблем, довгострокова психокорекція.

Приклади:

- Індивідуальна робота з дитиною, що пережила травму: Заняття може бути розтягнуте в часі, з паузами, щоб дитина могла працювати у своєму темпі та опрацьовувати складні емоції.
- Терапевтична група для дітей з особливими потребами: Заняття можуть бути довгими, але з великою кількістю пауз, зміни діяльності та індивідуальною підтримкою.

При організації занять з арт-терапії важливо пам'ятати:

- Гнучкість: Тривалість заняття завжди повинна бути гнучкою і залежати від стану, настрою та рівня зацікавленості дітей. Якщо діти втомлюються або втрачають інтерес, заняття слід завершити раніше.
- Ритм заняття: Незалежно від тривалості, важливо дотримуватися ритму, чергуючи активну творчу діяльність з відпочинком, обговоренням та переключенням уваги.
- Зовнішні фактори: При плануванні тривалості заняття враховується загальний режим дня дітей, наявність інших занять, час доби.

Обираючи тривалість арт-терапевтичного заняття, арт-терапевт керується принципом «не нашкодь» та прагне забезпечити максимальну ефективність процесу для розвитку та благополуччя дитини.

Особливості арт-терапії в кожній віковій групі дошкільного віку та тривалість занять

Тривалість та специфіка арт-терапевтичних занять з дітьми дошкільного віку визначаються їхніми віковими психофізіологічними особливостями, рівнем розвитку дрібної моторики, уваги, мислення та мовлення. Важливо адаптувати підхід, щоб забезпечити максимальну ефективність та комфорт для дитини.

1. Ранній вік (1–3 роки). Тривалість заняття: 10–15 хвилин. Можна інтегрувати в режимні моменти або проводити як короткі «арт-паузи».

Особливості арт-терапії:

- Акцент на процесі: Головне – сам процес взаємодії з матеріалами, а не кінцевий результат.
- Сенсорні матеріали: Перевага надається матеріалам, що стимулюють різні відчуття:

пальчикові фарби, солоне тісто, глина, кінетичний пісок, крупи, вода.

- Вільна маніпуляція: Заохочується вільне розмазування, м'яття, стукання, відбитки.
- Вербалізація дорослим: Дорослий називає кольори, дії, проговорює емоції дитини («Я бачу, тобі радісно, коли ти розмазуєш жовту фарбу!»).
- Індивідуальний підхід: Часто ефективніша індивідуальна робота або робота в дуже малих підгрупах.

2. Молодший дошкільний вік (3–4 роки). Тривалість заняття: 15–25 хвилин.

Особливості арт-терапії:

- Від простого до складного: Поступове введення більш структурованих завдань, але з акцентом на вільне вираження.
- Використання пензликів, олівців, кольорової крейди: Поряд з пальчиковими фарбами.
- Створення простих образів: Заохочення до малювання «сонечка», «дощику», «будиночка» (за своїм уявленням).
- Кольорові переваги: Діти починають обирати улюблені кольори.
- Елементи казкотерапії: Можна малювати або ліпити персонажів казок, обговорюючи їхні емоції.

3. Середній дошкільний вік (4–5 років). Тривалість заняття: 25–35 хвилин.

Особливості арт-терапії:

- Тематичні завдання: Введення тем, що стосуються емоцій, стосунків, мрій.
- Колажі, аплікації: Використання різних технік для створення об'ємних робіт, поєднання матеріалів.
- Малювання почуттів: «Намалюй, що ти відчуваєш, коли тобі сумно/радісно».
- Групові проекти: Створення спільних малюнків чи панно.
- Активне обговорення робіт: Стимуляція розповіді про свої твори та вираження почуттів.

4. Старший дошкільний вік (5–6 років). Тривалість заняття: 30–40 хвилин.

Особливості арт-терапії:

- Більш складні завдання: Наприклад, малювання «мого улюбленого місця», «моєї мрії», «як я допомагаю іншим».
- Робота з тілом: Малювання обрисів тіла, зображення емоцій на тілі.
- Створення власних історій: Арт-сторітеллінг, де малюнки слугують ілюстраціями до придуманої дитиною історії.
- Робота з конфліктами: Промальовування конфліктних ситуацій та пошук їх вирішення.
- Мандали: Малювання або викладання мандал з природних матеріалів для гармонізації внутрішнього стану.
- Колективні роботи: Більш складні групові проекти, що потребують співпраці та розподілу ролей.

Структура занять із арт-терапії з дітьми дошкільного віку

Заняття можна починати по-різному. Деякі заняття починаються з попереднього обговорення, деякі – спонтанно, інші – за взаємною згодою. Взагалі, в арт-терапевтичній практиці існує два основні підходи: директивний, який передбачає наявність конкретного завдання, теми чи інструкції, та недирективний, що передбачає відсутність певних регламентуючих вказівок у процесі створення тих чи інших візуальних образів.

Структура проведення арт-терапевтичного заняття з дітьми.

Етап перший: налаштування. Заняття починається з «налаштування на творчість». Учасники повинні бути підготовлені до спонтанної художньої діяльності та внутрішньогрупової комунікації на цьому етапі. Для цього можна використовувати ігри, рухові та танцювальні вправи та прості художні прийоми. Наприклад, різноманітні техніки «карлючки» (також відомі як «карлючки тіла»), «каляки», «закриті очі», «автографи» та «естафета ліній» є прикладами. Ці вправи призводять до релаксації та зниження контролю свідомості.

Наступним кроком є актуалізація кінестетичних, аудіальних і візуальних відчуттів. На цьому етапі малюнок може бути використаний у поєднанні з елементами музичної та танцювальної терапії. Музика може вплинути на настрій, самопочуття та волю людини до

одужання, використовуючи її як терапевтичний інструмент. Для занять краще підбирати мелодійні пісні без тексту, щоб учасники не протестували. Загальна згода також визначає голосність звучання. Якщо хтось із присутніх хоче змінити чи виключити музику, це потрібно зробити. Арт– і танцювально–рухову терапію можна поєднувати.

Третій етап – індивідуальна образотворча діяльність. На цьому етапі люди повинні бути творчими, щоб дослідити свої проблеми та почуття. Вважається, що підсвідомі процеси, такі як страхи, сновидіння, внутрішні конфлікти та ранні дитячі спогади, відображаються в творчій роботі. На думку англійського арт–терапевта С. Скейфі, вивчення візуального мистецтва також допомагає розкрити внутрішні сили людини. Таким чином, людина використовує невербальну мову, щоб повідомити про свої проблеми та почуття, а також навчитися розуміти та аналізувати свої почуття. Учні повинні знати, що їхні роботи не будуть оцінюватися, оскільки деякі діти та дорослі намагаються створювати реалістичні та красиві малюнки. Важливий процес спонтанної творчості, емоційний стан і внутрішній світ «малювальника», а також пошук адекватних засобів самовираження.

Четвертий етап включає активізацію комунікації як вербальної, так і невербальної. На цьому етапі головним завданням є створення умов для внутрішньогрупової комунікації. Кожному учаснику пропонується показати результати своєї роботи та розповісти про результати. Рівень довіри до групи, арт–терапевта та особистості дитини визначають відвертість і відкритість самопрезентації. Якщо вона відмовляється говорити, не наполягай на цьому. Учасникам можна запропонувати розповісти історію про свій малюнок і дати йому назву. «Жила собі людина, схожа на мене...» – це хороший спосіб розпочати розповідь. Такий початок посилює вплив проєкції та ідентифікації та полегшує вербалізацію внутрішнього стану. З розповіді учасника можна зробити висновок про те, кого він засуджує, кому співчуває та ким захоплюється. Таким чином, складно уявити себе, свої цінності та бажання, а також свої зв'язки з оточенням.

П'ятий етап включає співпрацю в малих групах. Діти програють невеликі спектаклі, тому що придумали сюжет. Переклад травмуючих переживань у комедію допомагає звільнитися від неприємних емоцій і відчуттів.

Рефлексія є четвертим етапом. На завершальному етапі необхідно провести роздум у безпечній атмосфері. У спонтанній «взаємотерапії» необхідні доброзичливі висловлювання, позитивне програмування та підтримка. Кожна дитина на арт–терапевтичному сеансі відчуває успіх у тій чи іншій діяльності завдяки атмосфері емоційного тепла, емпатії та турботи. Діти отримують позитивний досвід самоповаги та самооцінки, розвиваються почуття власної гідності та поступово формують свій образ «Я». Нарешті, важливо підкреслити успіхи всіх.

Приклад заняття з арт–терапії з дітьми дошкільного віку

Заняття з арт–терапії для дошкільнят мають бути гнучкими, ігровими та враховувати вікові особливості дітей. Це не про «малювати гарно», а про самовираження, дослідження емоцій, розвиток уяви та дрібної моторики. Кожне заняття має чітку, але не жорстку структуру, що дозволяє дітям почуватися комфортно та розкуто.

1. Вступна частина (5–10 хвилин). Цей етап створює атмосферу довіри та зацікавленості, готує дітей до творчої діяльності.

- Привітання та створення безпечного простору:
 - Привітальний ритуал: Прості віршики, пісеньки або ігрові привітання, що допомагають дітям налаштуватися на заняття та відчути себе частиною групи (наприклад, «Привіт, сонечко», «Привіт, друже»).
 - Правила групи: Коротке нагадування про прості правила (наприклад, «ми не заважаємо один одному», «ми бережливо ставимося до матеріалів», «кожен може творити так, як йому хочеться»).
- Налаштування на тему (мотивація):
 - Історія, казка, вірш: Коротка розповідь, що підводить до теми заняття. Це може бути історія про емоцію (наприклад, сумного зайчика), природне явище, або цікавий предмет.
 - Обговорення: Кілька запитань до дітей, щоб викликати їхній інтерес та думки з

приводу теми.

- «Емоційний вхід»: Можна попросити дітей показати свій настрій сьогодні за допомогою міміки, жестів або кольорових карток.
- Розминка (фізична або психологічна):
 - Ігрова розминка: Прості рухливі ігри, що допомагають зняти напругу, розім'яти пальчики, підготувати тіло до творчості (наприклад, «Пальчикова гімнастика», «Веселі звірята»).
 - Дихальні вправи: Прості вправи для заспокоєння та концентрації.

2. Основна частина (15–25 хвилин). Це безпосередньо творча діяльність, де діти працюють з арт-матеріалами.

- Представлення матеріалів та технік:
 - Демонстрація: Арт-терапевт показує доступні матеріали (фарби, олівці, глина, пластилін, природні матеріали тощо) та коротко пояснює, як ними користуватися, які можливості вони надають.
 - Вибір матеріалів: Надання дітям можливості самостійно обирати матеріали, якщо це доречно для теми заняття.
- Арт-терапевтична вправа (творчий процес):
 - Завдання: Чітке, але відкрите для інтерпретації формулювання завдання (наприклад, «Намалюй свій настрій», «Створи квітку, яку ти бачиш уві сні», «Зліпи того, хто тебе оберігає»). Важливо, щоб завдання не обмежувало творчість, а лише давало напрямок.
 - Супровід процесу: Арт-терапевт спостерігає за дітьми, надає індивідуальну підтримку, заохочує, але не нав'язує своє бачення. Можна використовувати фрази: «Що ти хочеш додати?», «Який колір тобі подобається?», «Розкажи, що ти малюєш/ліпиш?».
 - Атмосфера заохочення: Створення атмосфери, де немає «правильних» чи «неправильних» робіт. Кожна дитяча робота є цінною.
 - Музичний супровід: Тиха, спокійна музика може сприяти розслабленню та концентрації.
- Інтеграція рухів та емоцій:
 - Заохочення дітей рухатися, виражати емоції під час творчості.

3. Завершальна частина (5–10 хвилин). Цей етап допомагає дітям усвідомити свою творчість, поділитися нею та підсумувати отриманий досвід.

- Обговорення та рефлексія:
 - Презентація робіт: Кожна дитина (за бажанням) може показати свою роботу. Арт-терапевт задає запитання: «Розкажи про свій малюнок/виріб», «Що тобі сподобалося найбільше?», «Які почуття викликає ця робота?».
 - Заохочення та компліменти: Арт-терапевт відзначає унікальність кожної роботи, підкреслює зусилля дитини, а не лише результат. Важливо навчити дітей позитивно реагувати на роботи інших.
 - Без оцінок: Уникати будь-яких оціночних суджень («гарно/погано», «правильно/неправильно»).
- Прибирання матеріалів: Спільне прибирання робочих місць, що виховує відповідальність та охайність.
- Ритуал завершення:
 - Прощальний ритуал: Короткий віршик, пісенька або ігрова дія, що сигналізує про закінчення заняття.
 - Позитивне підкріплення: Нагадування дітям про їхні успіхи та радість від творчості.

Принципи проведення занять арт-терапії з дітьми дошкільного віку

Проведення арт-терапевтичних занять з дітьми дошкільного віку вимагає особливого підходу, що ґрунтується на розумінні їхніх психологічних та вікових особливостей. Це не просто малювання чи ліплення, а цілісний процес, спрямований на розвиток емоційної сфери,

самовираження та пізнання світу.

1. Принцип добровільності та недирективності. Дитина має право обирати, чи брати участь у занятті, які матеріали використовувати та що саме творити. Арт-терапевт не нав'язує свою ідею чи техніку, а створює умови для вільного самовираження. Це допомагає дитині відчувати себе господарем своєї творчості та підвищує її внутрішню мотивацію.

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- Замість «Ми зараз будемо малювати будиночок», сказати: «Сьогодні ми будемо творити фарбами. Можете намалювати що захочете, або розкажіть, що вам хочеться намалювати».
- Якщо дитина відмовляється брати участь: «Я бачу, що ти сьогодні не хочеш малювати. Ти можеш посидіти поруч і подивитися, або погратися з іншими іграшками, якщо тобі так зручніше. Якщо передумаєш, можеш приєднатися».
- Пропонувати на вибір різні матеріали: «Ви можете малювати олівцями, фарбами або крейдою. Що оберете сьогодні?»

2. Принцип безпеки та конфіденційності (наскільки це можливо у групі). Створення фізично та психологічно безпечного простору, де дитина почувається захищеною та впевненою, що її роботи та висловлювання не будуть засуджені, висміяні чи використані проти неї. Для дошкільнят конфіденційність стосується більше поваги до їхньої творчості та нерозголошення «секретів» за межами групи.

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- Фізична безпека: Забезпечення нетоксичних матеріалів, безпечного розташування меблів.
- Психологічна безпека: «Тут немає правильних чи неправильних малюнків, кожен малює так, як йому відчувається», «Ми не сміємося над роботами інших, ми поважаємо творчість кожного».
- Захист особистого простору: «Твоя робота – це тільки твоя, ти можеш показати її, а можеш залишити її тільки для себе, якщо хочеш».
- Якщо дитина розповідає про щось дуже особисте через малюнок, вихователь приймає інформацію без осуду, але може згодом, якщо це необхідно, обговорити її з батьками чи фахівцями, зберігаючи етичні норми.

3. Принцип опори на сенсомоторний розвиток. Арт-терапія для дошкільнят тісно пов'язана з розвитком дрібної моторики, координації рухів та сенсорного сприйняття. Маніпуляції з матеріалами (м'яття глини, розмазування фарб, розривання паперу) безпосередньо впливають на ці сфери.

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- Використання матеріалів, що стимулюють різні відчуття: фарби (рідкі, густі), глина (м'яка, пластична), пісок (сухий, мокрий), різноманітні тканини для аплікацій.
- Заохочення до використання різних інструментів: пензлики різної товщини, пальці, губки, м'яті папірці для малювання.
- Пропонування завдань: «Спробуйте розтерти фарбу пальчиком», «Відчуйте, яка м'яка глина», «Створіть візерунок з шорстких камінчиків і гладких мушель».

4. Принцип «Тут і зараз» (актуальність). Фокус на актуальних емоціях, переживаннях та станах дитини. Арт-терапія допомагає виразити те, що відбувається з дитиною в даний момент, а не обговорювати минулі події чи майбутні плани.

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- Запитання: «Який ти сьогодні? Яким кольором ти б намалював свій настрій прямо зараз?», «Яка ця фігурка? Вона сумна чи весела, як ти зараз?».
- Якщо дитина застрягла на минулій образі: «Ти можеш намалювати, що відчуваєш прямо зараз, коли згадуєш про це».
- Реагувати на миттєві прояви емоцій під час заняття та дозволяти їм виражатися через творчість.

5. Принцип прийняття та безоціночності. Кожна творча робота дитини є унікальним

вираженням її внутрішнього світу і не підлягає оцінці за критеріями «гарно/погано», «правильно/неправильно». Важливо прийняти роботу дитини такою, яка вона є, та зосередитись на процесі, а не на результаті.

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- Замість: «Який гарний малюнок! Ти так гарно намалював сонечко», сказати: «Ти намалював яскраве сонечко. Розкажи мені про нього», «Я бачу, що ти використав багато жовтого кольору. Чому?».
- Якщо малюнок «невдалий» з дорослої точки зору: «Я бачу, що ти щось намалював. Мені цікаво, що це для тебе означає?», «Як ти себе почував, коли малював це?».
- Виставити всі роботи на показ, не виділяючи «кращих».

6. Принцип вербалізації та обговорення. Хоча арт-терапія базується на невербальному вираженні, вербалізація (проговорювання) допомагає дитині усвідомити свої почуття, думки та значення створеного. Для дошкільнят це відбувається через прості запитання та діалог.

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- Після завершення роботи: «Розкажи мені про свій малюнок», «Хто це?», «Що він робить?», «Що відчуває?», «Які кольори ти вибрав і чому?».
- Якщо дитина не говорить: «Я бачу, що тут є червона пляма. Що це для тебе?».
- Допомогати дітям формулювати свої думки: «Тобі подобається цей колір? Він тобі здається радісним?».

7. Принцип заохочення до експериментування. Надання дитині свободи досліджувати матеріали, поєднувати їх нетрадиційними способами, спробувати нові техніки без страху зробити «помилку».

Приклади:

- Дії вихователя/терапевта:
- «Спробуй намалювати пензликом, а потім пальчиком», «Що буде, якщо змішати синю і жовту фарбу?», «Створи щось з цих матеріалів так, як тобі подобається».
- «Чи можеш ти намалювати сумну хмаринку?» (заохочення до вираження емоцій).
- Пропонувати різні «нетрадиційні» матеріали для малювання: ватні палички, нитки, листя, овочі (відбитки).

Педагог має бути готовий до того, що при діалозі під час заняття на загальні питання про собі або малюнку дитина іноді відповідає «Не знаю», і пропонує йому варіанти відповідей.

Важливою умовою успішної роботи є безпосередня участь самого педагога в тій роботі, яку він пропонує. Педагог разом з дитиною говорить про свій настрій (на початку і в кінці заняття), малює, ліпить, міркує про тих або інших творів, словом, виконує всі завдання, які дає і дитині. Тільки тоді у дитини формується довіра до педагога і до тієї незвичайної діяльності, яка йому пропонується.

Потрібно використовувати яскравий, гарний, добротний матеріал, з якими йде робота на занятті. Фарби, олівці, пластилін, папір мають акуратний вигляд, адже дитина відчуває до себе ставлення і через матеріал, з яким йому пропонують працювати. Для тих хлопців, які включаються в роботу з небажанням, яскраві красиві канцелярське приладдя та інше обладнання можуть стати привабливим моментом.

На багатьох заняттях педагог розповідає про те чи інше явище. Його монолог найбільше корисний, якщо він містить елементи гіпнотичного оповіді, тобто в якійсь мірі мова педагога повинна вводити в легкий транс за допомогою повторення слів, речень, використання епітетів, метафор, зміни голосу. Це допомагає створити атмосферу незвичайності, таємничості відбувається і допомагає здійснитися диву спонтанного саморозкриття дитини.

Головне – отримувати задоволення від самого процесу малювання, коли навіть каракулі, мазки і штрихи відіграють роль зцілення!

Важливим є внесок кожного; кожна дитина робить значний і особливий внесок. Незважаючи на кваліфікацію, всі роботи повинні бути оцінені однаково.

Умови для *розповіді та обговорення роботи дитини* не повинні бути директивними. Не можна інтерпретувати роботу дитини; інтерпретацію може робити лише автор. Крім того, дітей

не можна змушувати відкривати більше, ніж вони хочуть.

Основні правила. При роботі з парою чи групою бажано встановити основні правила. Їх потрібно виконувати з повагою один до одного, цінуючи роботу кожного, щоб зробити навколишнє середовище безпечним, де всі діти почувають себе добре. Основні правила: 1) уважно слухати один одного; 2) не переривати людей, які говорять; 3) поважати один одного; 4) не обов'язково брати активну участь у занятті, якщо вам не подобається; 5) кожен повинен почувати себе комфортно.

Продукт і процедура. Хоча арт-терапія є методом, який зосереджується на процесі створення образу, важливим є результат творчості, який допомагає дитині відчувати завершення процесу та впевненість у собі.

Методи роботи. Вправи можна будувати різними способами. Вони можуть бути з високим чи низьким ступенем структурованості, що, зрештою, залежить від того, яка мета була поставлена. Наприклад, щоб розвинути співробітництво в групі, може знадобитися високоструктурований підхід, щоб кожна дитина знала, що від неї вимагається, і як це пов'язано з цілим.

Способи зберігання робіт. Треба знайти спосіб зберігати робіт дітей, оскільки вони пишаються ними. Існує багато способів, папки, журнал, виставки, фотографування й архівація.

Методичні рекомендації щодо застосування педагогом арт-терапії з дітьми

1. Арт-терапевтичні методики слід впроваджувати систематично, з дотриманням регулярності у проведенні занять.
2. Доцільно використовувати різні форми арт-терапії у поєднанні – такі як лялькотерапія, ізотерапія, музикотерапія, казкотерапія та інші, – створюючи комплексний вплив.
3. Під час організації занять необхідно брати до уваги індивідуально-психологічні особливості кожної дитини.
4. Твори, створені дитиною (малюнок, скульптура, казка, рукоділля тощо), у першу чергу мають бути оцінені самою дитиною як автором, а не педагогом чи терапевтом.
5. Для формування згуртованого колективу доречно залучати ігрові арт-терапевтичні елементи, що сприятимуть розвитку єдності поглядів та взаєморозуміння в групі.
6. Музичні фрагменти варто інтегрувати в кожне заняття – як засіб створення комфортного емоційного фону, налаштування на творчу роботу, зняття напруги та розвитку навичок саморегуляції.
7. У роботі з дітьми, які мають труднощі у спілкуванні з однолітками, доцільно використовувати арт-терапевтичні методи, що розвивають позитивні якості, відсутність яких ускладнює їх соціалізацію (наприклад, через ігрові етюди з ляльками або виявлення сильних сторін дитини в малюванні).
8. У ситуаціях міжособистісних конфліктів доцільно застосовувати драматерапевтичні підходи – обговорення ситуацій за допомогою казкових сюжетів, театралізованих ігор, читання етюдів і розподілення ролей.
9. Для регулювання рівня активності вихованців слід добирати різноманітні художні засоби, орієнтуючись на особистісні особливості кожного – наприклад, малювання пальцями, «магічні плями», тіні, декоративна графіка по точках тощо.
10. У роботі з гіперактивними або агресивними дітьми ефективними є ігротерапевтичні та ізотерапевтичні прийоми. При цьому краще уникати використання матеріалів, які можуть стимулювати неорганізовану активність (фарби, глина, пластилін). Рекомендовано натомість використовувати середнього формату папір, олівці, фломастери та завдання, які потребують концентрації, контролю та точності, наприклад, «малювання за точками».
11. Дітям з підвищеною тривожністю, емоційною скутістю або внутрішньою напругою доцільно пропонувати художні матеріали, які дозволяють вільні, широкі рухи: малювання великими пензлями на вертикально закріплених аркушах, ліплення з глини, роботу з крейдою або навіть контакт із водою. Це сприятиме розслабленню та вивільненню емоцій.

Загальні умови проведення арт-терапії схожі на інші методики педагогічної корекції.

- Налагодити теплі, доброзичливі взаємини з дитиною, які базуються на взаємній повазі та відкритості;

- Чітко визначити основні цілі та завдання корекційної роботи, які реалізуються через арт-терапевтичні методи;
- Обрати форми арт-терапії, що відповідають індивідуальним можливостям дитини та дозволяють їй досягти відчутного результату;
- Бути уважним до потенційних труднощів, які можуть заважати дитині в процесі творчого самовираження, і заздалегідь враховувати ці обставини;
- Надати дитині право вибору завдання, що сприятиме розвитку ініціативності та внутрішньої мотивації;
- Організовувати діяльність дитини у певних часових рамках, що допоможе зосередженню уваги та формуванню навички доводити справу до кінця.

КАЗКОТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Сутність та зміст поняття казкотерапії

Казка – це не просто розвага, а потужний педагогічний, психологічний та розвивальний інструмент у роботі з дітьми дошкільного віку. Вона є універсальною метафорою передачі соціального досвіду, цінностей та знань. Завдяки своїй образності та символічності, казка має низку функціональних особливостей, які роблять її незамінною у розвитку дитини.

Казкотерапія – це метод психологічного впливу, який базується на використанні казкової форми для гармонізації особистості, розвитку креативного потенціалу, розширення світогляду та поліпшення взаємин із навколишнім середовищем. Цей підхід передбачає використання метафоричного змісту казки для створення паралелей між вигаданими подіями та реальними життєвими ситуаціями. Через казку дитина опановує досвід, трансформуючи казкові образи в елементи власного життя.

Казкотерапія – це не лише емоційна підтримка через сюжет, а й спосіб пізнання світу, його законів, взаємин, що в ньому існують. Вона дозволяє об'єктивно поглянути на труднощі, активізувати внутрішні ресурси, стимулювати самопізнання та сприяє навчанню в природному, емоційно безпечному середовищі. У цій особливій формі терапії створюється атмосфера, в якій дитина почувається у безпеці, може мріяти, фантазувати і відчувати себе впевнено.

Казки не відображають реальність безпосередньо, а передають те, як дитина її сприймає. Через казкові образи вона висловлює свій емоційний стан, проєктуючи внутрішній світ на зовнішній. Таке символічне представлення переживань є метафорою – мовою, якою спілкується права півкуля мозку, що відповідає за образне мислення та емоції.

Доведено, що процес створення казок позитивно впливає на психоемоційний стан дитини: вона стає більш врівноваженою, краще реагує на труднощі. Казку можна просто зачитати без коментарів – це дозволяє дитячій психіці обробити зміст самостійно, на глибинному, підсвідомому рівні. Також можна візуалізувати її малюнками, відтворити в грі з ляльками чи за допомогою піскової терапії.

Основні функції казкотерапії. Казка відіграє важливу роль у розвитку та вихованні дитини, виконуючи ряд важливих функцій:

Діагностична функція використовується на початковому етапі роботи. Вона дозволяє виявити емоційний стан дитини, її внутрішні переживання і визначити напрям подальшої корекційної взаємодії.

Прогностична функція дає змогу побачити потенційний розвиток подій у житті дитини. Через аналіз змісту казки та обговорення сюжетів із дитиною можна зрозуміти її бачення світу, передбачувані моделі поведінки та реакції на майбутні ситуації.

Виховна функція реалізується через символіку та прості, доступні сюжети, які вчать дитину моральним нормам, формують позитивні якості характеру й допомагають долати труднощі, з якими вона стикається в реальному житті.

Корекційна функція дозволяє за допомогою казки м'яко впливати на особистісні проблеми, формувати бажані риси, змінювати ставлення до себе та оточення, не викликаючи в дитини відчуття тиску.

- Формування моральних цінностей: Через приклади героїв казка вчить дітей чесності,

доброти, взаємодопомоги, справедливості, сміливості, відповідальності. Дитина бачить, як добрі вчинки винагороджуються, а злі – караються. Приклад: У казці «Рукавичка» звірі вчать жити разом, допомагати один одному. У «Колобку» розкривається тема обережності та слухняності.

- Соціалізація: Казки допомагають дитині освоювати соціальні норми та правила поведінки, розуміти різні моделі взаємодії у суспільстві. Приклад: Казки про дружбу вчать, як важливо ділитися, підтримувати, прощати. Казки про дотримання обіцянок (наприклад, «Коза–Дереза») показують наслідки обману.
- Виховання емоцій: Казки допомагають дитині переживати різні емоції (радість, смуток, страх, гнів) у безпечному, символічному просторі, вчитися співпереживати героям. Приклад: Слухаючи про випробування героїв, дитина вчиться емпатії.

Розвивальна функція. Казка активно стимулює розвиток психічних процесів дитини, її пізнавальних та творчих здібностей.

- Розвиток мовлення: Збагачується словниковий запас, формується зв'язне мовлення, розвивається діалогічна та монологічна мова, виразність. Діти вчать переказувати, складати свої казки. Приклад: Після прослуховування казки вихователь пропонує дітям переказати її, придумати продовження, описати героїв.
- Розвиток мислення та уяви: Казки спонукають до роздумів, аналізу, синтезу. Вони розвивають образне мислення, фантазію, креативність. Дитина вчиться будувати причинно–наслідкові зв'язки. Приклад: «Як ти думаєш, чому лисичка вчинила так?», «Що було б, якби Зайчик не послухався?»
- Розвиток пам'яті та уваги: Сюжет казки, повтори, яскраві образи сприяють запам'ятовуванню та утриманню уваги. Приклад: Багаторазові повтори у казках (наприклад, «Ріпка», «Теремок») допомагають дітям легко запам'ятовувати текст і послідовність подій.
- Формування пізнавального інтересу: Казка розширює кругозір дитини, знайомить її з різними явищами природи, тваринами, предметами побуту. Приклад: Казки про тварин допомагають дізнатися про їхні звички, місце проживання

Терапевтична (психокорекційна) функція. Казка допомагає дитині впоратися зі страхами, тривогами, внутрішніми конфліктами та проблемами поведінки. Вона полягає в заміні «небажаної» поведінки на необхідну. Саме за допомогою корекції в стані та поведінці дитини спостерігаються зміни на краще.

- Вираження та опрацювання емоцій: Через проєкцію на казкових героїв дитина може виразити свої приховані страхи, тривоги, агресію, смуток. Казка дає змогу безпечно «прожити» ці емоції. Приклад: Казка про маленьке зайченятко, яке боялося темряви, може допомогти дитині усвідомити та подолати власний страх.
- Долання труднощів: Казкові сюжети часто моделюють ситуації, в яких герої стикаються з проблемами і знаходять шляхи їх вирішення. Це дає дитині опору та надію на власні сили. Приклад: Казка про Гидке Каченя допомагає дитині, яка почувається «не такою», повірити в себе.
- Корекція поведінки: Казки можуть бути використані для опосередкованого впливу на небажану поведінку, показуючи її наслідки через дії казкових персонажів. Приклад: Казки про неслухняних героїв, що потрапляють у халепу, можуть допомогти дитині зрозуміти наслідки власної неслухняності.
- Розвиток самоусвідомлення: Дитина ототожнює себе з героями, що допомагає їй краще зрозуміти свої почуття, мотиви, бажання. Приклад: Дитина, яка часто вередує, може через героя казки усвідомити, як її поведінка впливає на інших.

Навчальна функція. Казки є ефективним засобом засвоєння нової інформації, формування навичок та розширення світогляду.

- Формування уявлень: Казки уточнюють та збагачують уявлення дітей про навколишній світ, природу, суспільство, взаємини. Приклад: Казки про тварин допомагають дізнатися про їхні особливості. Казки про професії – про працю дорослих.
- Розвиток навичок: Через казку можна опосередковано навчати дітей рахунку, розрізненню кольорів, форм, просторових відношень. Приклад: Казка «Три ведмеді» допомагає засвоїти

поняття «великий–середній–малий». Казка «Ріпка» – послідовність дій.

- Навчання слухати: Систематичне слухання казок розвиває вміння уважно слухати дорослого, сприймати інформацію на слух.

Отже, казка виконує надзвичайно важливу роль у розвитку дитини. Вона:

- допомагає дитині співпереживати, радіти за інших, розвиває емоційну чутливість;
- стимулює мовленнєву активність і покращує комунікативні навички;
- сприяє соціальній адаптації, розвитку зв'язного мовлення, розширенню словникового запасу та формуванню цілеспрямованої поведінки;
- впливає на формування пізнавальних процесів та розвиток емоційно–вольової сфери;
- сприяє гармонійному входженню особистості дитини у реальне життя, підтримує розвиток креативності та розширення уявлень про навколишній світ;
- допомагає дитині усвідомити свої внутрішні труднощі, побачити їх з боку та знайти можливі шляхи розв'язання;
- знайомить з непростими емоціями та життєвими ситуаціями у доступній, зрозумілій формі;
- формує уявлення про моральні цінності, правила поведінки, розкриває суть справжніх життєвих орієнтирів;
- створює простір для емоційної єдності між дитиною і дорослим, сприяє взаєморозумінню;
- дозволяє дитині через ототожнення з героями казки проживати різні події, набуваючи досвіду подолання труднощів.

Існує кілька ключових *функціональних особливостей казок*, які визначають їхню цінність у розвитку особистості:

1. Казкові тексти здатні викликати глибокий емоційний відгук як у дітей, так і в дорослих. Їхні образи водночас впливають як на свідомий, так і на підсвідомий рівні психіки, що створює унікальні умови для гармонійного розвитку особистості та сприяє покращенню міжособистісного спілкування.
2. Основою казкотерапії є переконання в тому, що метафора є носієм глибинного смислу та цінної інформації про важливі життєві явища та внутрішні орієнтири людини.
3. Казка у символічній формі містить знання про навколишній світ: як він функціонує, які в ньому діють правила й закони, які життєві етапи проходить людина в процесі самопізнання та реалізації, з якими викликами вона стикається, як будуються стосунки з близькими, що означає дружба, кохання, прощення і які моральні принципи варто обирати.
4. Завдяки казкам і діти, і дорослі занурюються у стан цілісного сприйняття дійсності. Вони пробуджують уяву, активізують креативність, надихають на мрію та передають важливі знання про світ і людські стосунки.

Казкотерапія в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами (ООП)

Казкотерапія є одним з найефективніших і найдоступніших методів корекційно–розвивальної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. Її особливість полягає в тому, що казка звертається не до логіки, а до емоційної сфери та уяви дитини, створюючи безпечний простір для опрацювання складних ситуацій та розвитку необхідних навичок.

Чому казкотерапія ефективна для дітей з ООП?

1. Доступність та безпека: Казковий світ є умовною реальністю, де можна без страху переживати складні емоції, програвати різні ситуації та шукати виходи. Для дітей з ООП, які часто мають труднощі в соціальній адаптації та вербалізації, це стає особливо цінним.
2. Розвиток уяви та мислення: Казка стимулює образне мислення, фантазію, допомагає дітям з ООП створювати зв'язки між подіями, розуміти причинно–наслідкові зв'язки, що часто є викликом.
3. Емоційна корекція: Казка дозволяє опрацьовувати страхи, тривожність, агресію, невпевненість через проєкцію на казкових героїв. Дитина асоціює себе з персонажем, який долає схожі труднощі, і це дає їй ресурс та надію.
4. Корекція поведінки: Через казкові сюжети можна моделювати бажану поведінку та

показувати наслідки небажаної. Це відбувається ненав'язливо, без прямого осуду чи моралей, що є дуже важливим для дітей з ООП, які можуть негативно реагувати на прямі інструкції.

5. Соціалізація та комунікація: Казкотерапія сприяє розвитку комунікативних навичок, вчить розуміти емоції інших, співпереживати. Це особливо актуально для дітей з порушеннями комунікації (наприклад, РАС).
6. Розвиток мовлення: Слухання, переказ, придумування казок збагачує словниковий запас, покращує зв'язне мовлення, дикцію. Для дітей з мовленнєвими порушеннями (ЗПР, ЗНМ) це є потужним стимулом до мовленнєвого розвитку.
7. Формування життєвих компетенцій: Казка допомагає засвоювати соціальні норми, правила поведінки, моральні цінності, що є основою для подальшої адаптації дитини в суспільстві.

Адаптація казкотерапії для дітей з ООП

При роботі з дітьми з особливими освітніми потребами важливо враховувати індивідуальні особливості кожного. Адаптація може включати:

1. Індивідуальний або мікрогруповий формат: Для деяких дітей, особливо на початкових етапах, ефективнішою буде індивідуальна робота або заняття в малих підгрупах (2–3 дитини), що дозволить забезпечити більше уваги та індивідуального підходу.
2. Візуальна підтримка: Використання картинок, ляльок, пісочниці, піктограм, дидактичних матеріалів для ілюстрації сюжету казки. Це особливо важливо для дітей з РАС, порушеннями слуху або інтелектуального розвитку.
3. Адаптація тексту: Спрощення мови, скорочення довгих речень, повтори ключових фраз. Можна використовувати терапевтичні казки, написані спеціально для опрацювання конкретних проблем.
4. Мультисенсорний підхід: Залучення всіх аналізаторів. Наприклад, під час розповіді казки можна використовувати тактильні матеріали (м'яка шерсть для зайчика, шорстка кора для дерева), звуки (імітація дощу, спів птахів).
5. Інтеграція з іншими методами: Поєднання казкотерапії з елементами:
 - Арт-терапії: Малювання, ліплення, аплікація за мотивами казок.
 - Лялькотерапії: Розігрування сюжетів казок за допомогою ляльок, де дитина може «прожити» роль героя.
 - Пісочної терапії: Створення казкових світів у пісочниці.
 - Рухових вправ: Імітація рухів казкових героїв.
6. Фокус на емоціях: Допомога дитині з ООП ідентифікувати та назвати емоції героїв, а потім і власні. Можна використовувати картки з емоціями.
7. Повторення та варіації: Багаторазове повернення до однієї і тієї ж казки або її переказ з деякими змінами, щоб закріпити матеріал та дозволити дитині глибше його осмислити.
8. Створення власних казок: Заохочення дітей до придумування власних казок або продовжень до існуючих. Це сприяє розвитку творчості та відображенню власних переживань.
9. Співпраця з батьками: Надання батькам рекомендацій щодо використання казкотерапії вдома, обговорення результатів та подальших кроків.

Казкотерапія в роботі з дітьми з ООП – це не просто метод, а філософія взаємодії, яка дозволяє дорослому говорити з дитиною «мовою душі», допомагаючи їй зрозуміти світ і себе в ньому.

Принципи терапевтичного ефекту казки

Терапевтичний ефект казки базується на її унікальній здатності впливати на психіку людини, особливо дитини, на несвідомому та символічному рівні. Це не пряме навчання чи настанова, а м'яке, опосередковане занурення у світ переживань, що призводить до внутрішніх змін. Основні принципи, які забезпечують цей терапевтичний ефект:

1. *Принцип метафоричності.* Казка використовує метафори та символи для відображення реальних життєвих ситуацій, проблем, емоцій та взаємин. Вона не говорить про

проблему прямо, а подає її в завуальованій формі, доступній для розуміння дитиною. Терапевтичний ефект: Зниження психологічного захисту: Оскільки казка не звертається до проблеми дитини прямо, її захисні механізми (заперечення, опір) не активізуються. Дитина сприймає ситуацію як «про когось іншого», що дозволяє їй безпечно її опрацювати. Універсальність: Метафорична мова казки дозволяє одній і тій самій історії бути актуальною для різних дітей з різними проблемами. Активізація уяви: Метафори стимулюють уяву дитини, яка допомагає їй «добудувати» казку своїми власними смислами та переживаннями. Приклад: Якщо дитина боїться ходити в дитячий садок, їй можна розповісти казку про маленького Зайчика, який боявся виходити зі своєї нірки, але потім знайшов там друзів і дізнався багато цікавого. Казка не говорить «Ти боїшся садка», а пропонує метафору страху нового та його подолання.

2. *Принцип проекції.* Слухаючи казку, дитина несвідомо «проектую» на казкових героїв свої власні почуття, думки, страхи, бажання та переживання. Вона ідентифікує себе з тим чи іншим персонажем (або кількома). Терапевтичний ефект: Зовнішнє вираження внутрішнього світу: Те, що дитина не може висловити словами, вона може «прожити» через героя казки. Це дозволяє винести приховані конфлікти назовні, де їх можна безпечно опрацювати. Розуміння себе: Через спостереження за «життям» казкових героїв дитина починає краще розуміти власні емоції та мотиви поведінки. Приклад: Дитина, яка відчуває образу на брата, може ідентифікувати себе з героєм, якого образили, і через казку «прожити» цю образу, або ж ідентифікувати себе з тим, хто ображає, та зрозуміти наслідки такої поведінки.

3. *Принцип наявності конфлікту та пошуку рішень.* Більшість терапевтичних казок містять конфліктну ситуацію, проблему або випробування, з якими стикається герой. Через подолання цих труднощів герой розвивається та змінюється. Терапевтичний ефект: моделювання життєвих ситуацій: Казка пропонує дитині модель вирішення проблем. Вона бачить, що труднощі є частиною життя, і їх можна подолати. Формування стратегій: дитина спостерігає за різними стратегіями поведінки героя (сміливість, хитрість, пошук допомоги) і може їх засвоювати як можливі варіанти для себе. Зниження тривоги: якщо герой долає страх чи складність, це дає дитині надію, що вона теж зможе впоратися зі своїми труднощами. Приклад: у казці «Три поросятка» конфлікт з Вовком змушує поросят шукати безпечне житло. Дитина бачить, що розсудливість і праця допомагають подолати небезпеку.

4. *Принцип катарсису (емоційного очищення).* Казка викликає у дитини сильні емоційні переживання (співчуття, страх за героя, радість за його перемогу). Це дозволяє «виплеснути» накопичені емоції, які не завжди можна виразити у повсякденному житті. Терапевтичний ефект: зняття емоційної напруги: Проживання емоцій разом із героєм казки допомагає дитині зняти внутрішнє напруження та стрес. Внутрішнє звільнення: дозволяє вийти з пригнічених станів, що може бути особливо важливим для дітей, які не вміють вербалізувати свої почуття. Приклад: дитина, яка боїться темряви, може дуже переживати за героя, який потрапив у темний ліс, а потім відчути величезне полегшення і радість, коли герой знаходить дорогу додому.

5. *Принцип ресурсності та позитивного фіналу.* Більшість терапевтичних казок для дітей мають позитивний, оптимістичний фінал, де добро перемагає зло, а герой отримує винагороду або внутрішнє зцілення. Терапевтичний ефект: формування оптимізму – дає дитині віру в те, що труднощі можна подолати, а світ в цілому є добрим місцем. Надання внутрішніх ресурсів: герой, що долає труднощі, стає внутрішнім ресурсом для дитини, символом її власної сили та здатності впоратися з викликами. Закріплення позитивного досвіду: позитивний фінал допомагає закріпити у свідомості дитини ідею, що зусилля винагороджуються, а проблеми мають рішення. Приклад: казка про «Гидке каченя» дає надію тим, хто відчувається «не таким», показуючи, що кожен має свою унікальну красу та цінність.

Окрім уже згаданих фундаментальних принципів, існують додаткові, що поглиблюють терапевтичний вплив казки на психіку дитини. Вони стосуються способу подачі інформації, її осмислення та зв'язку з реальним життям.

6. *Принцип доступності.* Інформація про базові життєві цінності, норми поведінки та емоційні стратегії доноситься до свідомості дитини в доступному, ненав'язливому та цікавому для неї вигляді. Казка говорить мовою, зрозумілою для дитячої психіки, уникаючи прямих повчань чи моралізаторства. Терапевтичний ефект: легкість засвоєння: складна інформація або

поведінкові моделі засвоюються без опору, адже вони вбудовані у захопливий сюжет. Відсутність примусу: дитина не відчуває тиску чи необхідності «правильно» поводитися, що сприяє внутрішній мотивації до засвоєння цінностей. Залучення та інтерес: цікавий сюжет тримає увагу дитини, роблячи процес навчання ефективним. Приклад: замість того, щоб прямо говорити дитині «Будь добрим і ділися іграшками», можна розповісти казку про маленьке ведмежатко, яке спочатку не хотіло ділитися медом, але потім зрозуміло, як приємно, коли друзі разом ласують і граються. Казка показує цінність доброти та щедрості через дії героя, а не через пряму настанову.

7. *Принцип усвідомленості* – акцент робиться на усвідомленні причинно–наслідкових зв'язків у розвитку сюжету, розумінні ролі кожного персонажу в подіях, що розвиваються. Це означає не просто слухання, а активне осмислення того, що відбувається в казці. Терапевтичний ефект: розвиток логічного мислення: дитина вчиться аналізувати події, розуміти, чому герой вчинив саме так і які наслідки це мало. Формування критичного мислення: допомагає дитині побачити зв'язок між вчинками та їхніми результатами, як у казці, так і в реальному житті. Усвідомлення мотивації: дитина починає розуміти, що стоїть за вчинками героїв (наприклад, чому лисичка хитра, а зайчик боязкий). Приклад: після казки про «Колобка» можна запитати: «Чому Колобок покотився далі, не послухавши дідуся і бабусю?», «Що сталося, коли він зустрів лисичку?», «Чи міг Колобок вчинити інакше? Що тоді було б?». Це спонукає дитину аналізувати причинно–наслідкові зв'язки в сюжеті.

8. *Принцип множинності* – розуміння багатозначності однієї події або символу. Казка може мати не одне, а кілька тлумачень, і різні діти можуть «зчитувати» з неї різні смисли, залежно від їхнього індивідуального досвіду та потреб. Терапевтичний ефект: індивідуалізація: дозволяє одній і тій самій казці бути корисною для різних дітей з різними внутрішніми запитами. Розвиток гнучкості мислення: дитина вчиться бачити ситуацію з різних сторін, розуміти, що не завжди є тільки «чорне» або «біле». Розширення світогляду: формує уявлення про багатогранність світу та людських взаємин. Приклад: казка про «Червону Шапочку» може бути про обережність і небезпеку незнайомих для однієї дитини, про материнську турботу і наслідки непослуху для іншої, а для третьої – про силу і сміливість мисливця. Кожен знайде свій «прихований» сенс.

9. *Принцип зв'язку з реальністю* – усвідомлення того, що кожна казкова ситуація розгортає перед нами деякий життєвий урок. Казка, хоч і відбувається в умовному світі, віддзеркалює реальні людські проблеми, почуття та взаємини. Терапевтичний ефект: перенесення досвіду, допомагає дитині перенести досвід, отриманий у казковому світі, на реальні життєві ситуації. Практичне застосування: казка стає не просто історією, а посібником, що дає інструменти для вирішення власних труднощів. Розуміння світу: допомагає дитині краще орієнтуватися у складному світі дорослих відносин та соціальних норм. Приклад: після казки про «Теремок», де звірята жили разом, вихователь може запитати: «Як ви думаєте, а ми в нашій групі можемо жити, як звірята в Теремку? Що для цього потрібно?», «Що нам допомагає дружити?» Це допомагає дитині усвідомити важливість співіснування та взаємодопомоги в реальному житті.

10. *Принцип Життєвої Сили* – цей принцип полягає в тому, що казка завжди містить у собі потенціал до зростання, розвитку та позитивних змін. Вона надихає на подолання труднощів, демонструє внутрішню силу героїв та невичерпні ресурси для життя. Терапевтичний ефект: формування оптимізму та надії: навіть у найскладніших казкових ситуаціях є вихід, що вселяє віру в краще. Активізація внутрішніх ресурсів: казка допомагає дитині відчути власну здатність справлятися з труднощами, знаходити в собі сили та мужність. Зміцнення самооцінки: успіхи казкових героїв можуть асоціюватися з власними потенційними досягненнями дитини, підвищуючи її впевненість у собі. Життєствердний посил: казка передає ідею про те, що життя – це цінність, сповнена можливостей, навіть якщо іноді бувають випробування. Приклад: казка про «Гідке Качення» є яскравим прикладом цього принципу. Попри всі випробування, самотність та неприйняття, каченя знаходить своє місце у світі та перетворюється на прекрасного лебедя. Це дає дитині потужний посил про прийняття себе, віру у власний потенціал та невичерпну життєву силу, яка допоможе їй знайти своє щастя.

Класифікація терапевтичних казок у роботі з дітьми

Казкотерапія є багатогранним інструментом, що дозволяє працювати з різними аспектами розвитку дитини. Залежно від поставлених цілей, у роботі з дошкільниками використовуються різні види казок та методи взаємодії з ними.

1. Художні казки (народні та авторські). Це класичні казки, що передаються з покоління в покоління (народні) або написані відомими авторами (авторські). Вони містять універсальну мудрість, моделі поведінки, моральні дилеми та шляхи їх вирішення. *Авторські казки* створюються казкотерапевтами, вихователями або батьками відповідно до індивідуальних потреб дитини – з урахуванням труднощів, які слід подолати, або навичок, яких дитина має набути. Народні казки – це надбання культур різних народів світу, знайомі багатьом із дитинства. Вони відіграють важливу роль у вихованні дитини. Читання українських народних казок, а також казок інших національностей, є надзвичайно корисним, оскільки сприяє засвоєнню моральних цінностей, формує толерантне і доброзичливе ставлення до представників інших культур і народів. Через ці казки діти також отримують уявлення про традиції, побут і культурні особливості різних націй.

Виховна функція: Формування уявлень про добро і зло, чесність, сміливість, дружбу, взаємодопомогу.

- Розвивальна функція: Розвиток мовлення, пам'яті, уяви, логічного мислення (через аналіз вчинків героїв).
- Емоційне збагачення: Допомога у переживанні широкого спектру емоцій (радість, смуток, тривога, здивування).

Приклади використання: Читання або розповідь казки після чого йде бесіда за змістом, обговорення вчинків героїв. Драматизація та інсценування: розігрування сюжетів казок за ролями або з використанням ляльок. Малювання та ліплення: створення ілюстрацій, персонажів або предметів з казки. Творчі продовження – придумування, що могло б статися далі з героями казки. Приклади казок: «Колобок», «Ріпка», «Рукавичка», «Три поросятка», «Червона Шапочка».

2. Дидактичні казки. Це казки, створені спеціально для передачі певних знань, формування навичок або вирішення конкретних навчальних завдань. Вони мають чітку навчальну мету.

- Навчання: Засвоєння нових понять (кольори, форми, рахунок, властивості предметів).
- Формування навичок: Навчання правилам безпеки, гігієни, етикету, самообслуговування.
- Розвиток логіки: Через послідовність дій та висновків у сюжеті.

Приклади використання: казка про Кольорову Фею: Допомагає дітям запам'ятати кольори, де кожен колір має свого персонажа або асоціюється з певним предметом. Казка про правила дорожнього руху: герой казки вчиться переходити дорогу, розрізняти сигнали світлофора. Казка про охайного Гномика: показує, чому важливо прибирати іграшки, мити руки, дотримуватися порядку. Казка про Ведмедика, який вчився рахувати: Допомагає засвоїти основи лічби.

3. Діагностичні казки – це спеціально розроблені або адаптовані казкові історії, що використовуються психологами та педагогами для опосередкованого виявлення та розуміння внутрішнього світу дитини, її емоційних станів, прихованих страхів, тривог, сімейних стосунків, уявлень про себе та навколишній світ. Вони є частиною проєктивних методик, оскільки дитина, відповідаючи на питання за казкою або створюючи власне продовження, несвідомо «проєктує» на героїв свої власні переживання та проблеми.

Основне призначення діагностичних казок: Виявлення прихованих проблем та конфліктів: Діти дошкільного віку часто не можуть вербалізувати свої переживання. Казка дозволяє їм виразити їх через метафоричні образи. Наприклад, агресивна поведінка казкового персонажа може вказувати на пригнічений гнів дитини. Діагностика емоційних станів: допомагають зрозуміти рівень тривожності, страхів (темряви, самотності, нових людей), відчуття невпевненості, агресії, образи. Визначення сімейних взаємин: казки можуть розкрити, як дитина сприймає свої стосунки з батьками, братами/сестрами, які ролі вона бачить у сім'ї. Оцінка соціальної адаптації: дозволяють зрозуміти, як дитина взаємодіє з

однolitками, чи є труднощі в спілкуванні, чи вміє вона вирішувати конфлікти. Дослідження самооцінки та Я–концепції: через ототожнення з казковими героями можна зрозуміти, як дитина сприймає себе, свої сильні та слабкі сторони. Визначення рівня розвитку моральних уявлень: казка допомагає з'ясувати, як дитина розуміє «добро» і «зло», «чесність» і «обман».

4. *Психокорекційні казки.* Це спеціально створені казки, спрямовані на м'який, опосередкований вплив на небажані риси характеру або проблемну поведінку дитини. Герой казки має схожу проблему, стикається з її наслідками і знаходить позитивне рішення. Мораль казки не обговорюється напряду, щоб дитина сама зробила висновок.

- Корекція поведінки: допомога у подоланні агресії, сором'язливості, ліні, впертості, заздрості, брехливості тощо.
- Зниження тривожності: опрацювання конкретних страхів (темряви, самотності, нових людей).
- Розвиток емпатії: усвідомлення, як власна поведінка впливає на інших.

Приклади використання: Казка про Колючого Їжачка: для дитини, яка часто проявляє агресію. Їжачок, який нікого не хоче колоти, розуміє, що його колючки відштовхують друзів, і вчиться їх ховати, щоб гратися разом. Казка про Боязкого Зайчика: для дітей з підвищеною тривожністю. Зайчик, який боїться всього, вчиться долати свої страхи крок за кроком, знаходячи підтримку. Казка про Жадібне Ведмежатко: для дітей, які не хочуть ділитися. Ведмежатко, яке не ділиться своїми іграшками, залишається самотнім, поки не розуміє, що дружба важливіша.

5. *Психотерапевтичні казки.* Ці казки працюють з глибинними переживаннями, дитячими травмами, складними життєвими ситуаціями (розлучення батьків, втрата близького, хвороба). Вони розкривають приховані смисли подій, допомагають дитині подивитися на проблему збоку та знайти внутрішні ресурси для її подолання. Часто мають метафоричний характер. Основним завданням психотерапевтичних казок є дія не безпосередньо на образ мислення людини або її поведінку, а на сферу її несвідомого, тобто на її духовну складову. Вони не дають конкретних готових відповідей на запитання, що хвилюють людину, а дозволяють їй самій знайти їх.

- Опрацювання психотравм: допомога у прийнятті та переживанні складних життєвих подій.
- Зниження психоемоційного напруження: надання безпечного простору для вираження болю, смутку, гніву.
- Пошук ресурсів: формування відчуття внутрішньої сили та здатності впоратися з труднощами.
- Відновлення гармонії: допомога у зціленні внутрішніх конфліктів.

Приклади використання: Казка про Зламане Деревце: для дитини, яка пережила втрату, щоб допомогти їй усвідомити процес горя та можливість «відростати» знову. Казка про будиночок з двома дверцятами: для дитини, що переживає розлучення батьків, щоб показати, що любов батьків до неї не зникає, хоча вони живуть окремо. Казка про Хворобливого Метелика: допомагає дитині з хронічною хворобою прийняти свій стан і знайти сили для боротьби.

6. *Медитативні казки.* Це казки–образи, що не містять конфліктів, негативних героїв чи проблемних ситуацій. Їхня мета – створити атмосферу спокою, розслаблення, внутрішньої гармонії. Вони часто описують красиві природні явища, спокійні образи. Такі казки – це короткі розповіді, які зазвичай тривають від 3 до 7 хвилин читання. Основний принцип їх впливу базується на процесі внутрішньої візуалізації. Сюжет має характерну рису: головний персонаж систематично відпочиває та набирається сил. Через це дитина отримує уявлення про способи й місця, де можна відновити енергію для щоденних справ і подолання життєвих труднощів.

- Зняття стресу та напруги: заспокоєння дитини, нормалізація емоційного стану.
- Розвиток уяви та фантазії: створення яскравих, позитивних образів у свідомості.
- Гармонізація внутрішнього світу: відновлення психоемоційного балансу.
- Підготовка до сну: Можуть використовуватися перед денним сном.

Приклади використання. Казка про Сонячний Промінчик: розповідь про те, як промінчик подорожує, торкається різних предметів, залишаючи тепло та світло. Казка про

М'яку Хмаринку: опис того, як хмаринка пливе по небу, змінює форму, спокійно та безтурботно. «Подорож до Чарівного Саду»: дитина уявляє, що вона потрапляє в сад, де все цвіте, співають пташки, тепло і затишно.

Вибір виду казкотерапії залежить від індивідуальних потреб дитини, її віку, проблеми, з якою працює фахівець, та загальної мети корекційно-розвивальної роботи. Часто ці види комбінуються в рамках одного заняття або циклу занять.

Умови підбору терапевтичних казок відповідно до віку дітей

Ефективність терапевтичної казки значною мірою залежить від того, наскільки вона відповідає віковим особливостям дитини, її рівню розвитку та актуальним психологічним потребам. Неправильно підібрана казка може бути незрозумілою, нудною або, навпаки, занадто травмуючою.

1. Ранній вік (1–3 роки). На цьому етапі казки спрямовані на сенсорний розвиток, формування базової довіри до світу, розуміння причинно-наслідкових зв'язків та емоційного контакту. Тривалість: дуже короткі казки (2–5 хвилин). Сюжет простий, лінійний сюжет без складних конфліктів. Багато повторів (слів, фраз, дій), що допомагає засвоєнню та розвитку мовлення. Герої: прості, зрозумілі образи тварин (зайчики, ведмедики), предмети побуту.

Тематика:

- Адаптація: до ЗДО, до змін у режимі дня.
- Розуміння емоцій: радість, смуток, здивування.
- Взаємодія: допомога, ділення.
- Навчання базовим навичкам: горщик, засинання, прибирання іграшок.

Особливості роботи, активне використання жестів, міміки, ляльок, іграшок. Мультисенсорний підхід. Казка часто супроводжується ігровими діями. Приклад: Казка «Колобок», «Ріпка», «Теремок»: розвивають пам'ять, увагу, вчать послідовності. Казка про Зайчика, який вчився засинати: «Маленький Зайчик не хотів спати в ліжечку. Його мама-зайчиха заспівала йому тихеньку пісеньку, і Зайчик зрозумів, що в ліжечку затишно й тепло...»

2. Молодший дошкільний вік (3–5 років). У цьому віці діти активно пізнають світ, розвивають мовлення, соціальні навички. Казки допомагають опрацювати перші страхи, вчитися взаємодіяти з однолітками, розуміти соціальні норми. Тривалість: середні казки (5–10 хвилин). Більш розгорнутий сюжет, з простою зав'язкою, розвитком подій та розв'язкою. Може бути один простий конфлікт. Герої – тварини з людськими якостями, діти. Герой може робити помилки, але потім їх виправляти.

Тематика:

- Страхи: темряви, нових людей, лікарів, самотності.
- Адаптація в соціумі: конфлікти з однолітками, вміння ділитися, дружити, співпрацювати.
- Емоційна регуляція: розуміння та вираження злості, образи, смутку.
- Самостійність: вчитися одягатися, їсти, прибирати.
- Моральні норми: доброта, чесність, відповідальність.

Особливості роботи: активне використання питань після казки. Заохочення до малювання, ліплення за мотивами. Елементи драматизації. Приклад: казка про Колючого Їжачка: «Жив собі маленький Їжачок, який, коли сердився, виставляв свої гострі колючки. Друзі боялися його і не хотіли гратися. Їжачку було сумно. Одного разу Мудра Сова підказала йому, що можна спочатку сказати про свої почуття, а потім вже показувати колючки...» (Для опрацювання агресії). Казка про Боягузливого Зайчика: «Маленький Зайчик всього боявся: і шелесту листя, і тіней на стіні. Мудра Лісова Фея подарувала йому чарівний ліхтарик, який освітлював не лише шлях, а й його сміливе серце.» (Для опрацювання страхів).

3. Старший дошкільний вік (5–7 років). У цьому віці діти вже здатні до більш глибокого розуміння сюжету, символізму та причинно-наслідкових зв'язків. Вони починають формувати свою Я-концепцію, справлятися зі складними емоціями та соціальними ролями. Тривалість: довші казки (10–20 хвилин). Складніший сюжет, з кількома конфліктами, подорожами, випробуваннями. Може бути присутній антигерой, який створює реальні перешкоди. Герої можуть бути діти, фантастичні істоти, що переживають складні емоції. Герой долає труднощі,

змінюється, стає мудрішим.

Тематика:

- Самооцінка та впевненість у собі: Прийняття своєї унікальності, подолання невпевненості.
- Відповідальність: За свої вчинки, за інших.
- Складні емоції: заздрість, образа, ревності (наприклад, до молодших братів/сестер), провина.
- Соціальні ролі: розуміння ролі в сім'ї, в групі.
- Підготовка до школи: страхи, пов'язані з новим етапом.
- Переживання втрат: розлучення батьків, втрата близької людини/тварини.

Особливості роботи: активний аналіз казки, обговорення мотивації героїв, пошук альтернативних рішень. Створення власних казок дітьми. Драматизація з елементами імпровізації.

Приклад. Казка про Принца, який не любив програвати: «Жив собі Принц, який дуже засмучувався, коли не був першим. Він уникав ігор, де міг програти. Мудрий Дракон показав йому, що головне – це участь, зусилля та радість від гри, а не лише перемога...» (Для опрацювання перфекціонізму, страху невдачі). Казка про Хмаринку Суму: «Маленька Хмаринка завжди була сумною і плакала дощем. Її сльози заважали іншим хмаринкам гратися. Мудре Сонечко показало їй, що смуток – це нормально, але після дощу завжди з'являється веселка, і можна ділитися своїми сльозами, а не ховати їх.» (Для опрацювання сумних станів, депресивних настроїв). Казка про «Гидке качення» (адаптована): для прийняття своєї унікальності та пошуку свого місця.

5. *Діти з ООП.* Підбір терапевтичних казок для дітей з особливими освітніми потребами (ООП) вимагає ще більшої уваги та індивідуалізації, ніж для нормотипових дітей. Важливо враховувати не лише вік, а й специфіку порушення, рівень розвитку, особливості сприйняття та можливості комунікації дитини.

Врахування специфіки порушення розвитку

Діти з розладами спектра аутизму (РСА). Труднощі з розумінням соціальних взаємодій, невербальної комунікації, метафор. Часто буквально сприйняття. Можлива підвищена чутливість до звуків, світла.

Підбір казки: Прості, чіткі сюжети: Без складних підсюжетів та заплутаних конфліктів. Прямі, зрозумілі вирази: уникати складних метафор, двозначності. Якщо метафора використовується, вона має бути дуже наочною і обов'язково пояснюватися. Фокус на емоціях: казки, що пояснюють базові емоції (радість, смуток, злість) та їх прояви, бажано з візуальною підтримкою. Соціальні сценарії: історії, що моделюють прості соціальні ситуації (привітання, ділення іграшками, прохання про допомогу). Дотримання ритуалів: багато дітей з RSA люблять передбачуваність, тому казка може включати повторювані елементи або ритуали. Приклад, казка про маленького робота, який вчився розпізнавати «смайлики» – обличчя з різними емоціями.

Діти із затримкою психічного розвитку (ЗПР). Уповільнений темп розвитку всіх психічних процесів (уваги, пам'яті, мислення, мовлення). Складність узагальнення, переносу знань. Підбір казки: коротші та простіші за змістом: відповідають реальному, а не паспортному віку. Багато повторів: Сприяють кращому запам'ятовуванню та розумінню. Конкретні образи: герої та ситуації мають бути зрозумілими. Навчальна складова: часто включають дидактичний елемент. Позитивне підкріплення: Чітке підкріплення правильних дій героя. Приклад, адаптована казка «Курочка Ряба», де додається пояснення про те, чому дід і баба раділи яйцю, або казка про те, як ведмедик вчився збирати іграшки.

Діти з порушеннями мовлення (ЗНМ, дизартрія, алалія). Особливості: труднощі з розумінням та відтворенням мовлення. Можливі проблеми зі зв'язним мовленням, лексикою, граматиною. Підбір казки: чітка, проста мова: Короткі речення, зрозуміла лексика. Багато звуконаслідувань: «Му–му», «Гав–гав», «Ква–ква». Ігрові елементи: Активно використовуйте пантоміму, жести, артикуляційні вправи під час розповіді. Візуальна підтримка: максимальне використання картинок, предметів, ляльок, схем для візуалізації сюжету. Стимулювання мовлення: Казки з питаннями, що спонукають до коротких відповідей, з простими діалогами.

Приклад: казка про Зайчика, який не міг сказати «Р», і його друзі допомагали йому вчитися, повторюючи різні звуки.

Діти з порушеннями зору. Особливості: опора на слухове та тактильне сприйняття. Розвиток просторової орієнтації через слух та дотик. Підбір казки: Детальний опис звуків, запахів, тактильних відчуттів: «Листя шелестіло під ногами», «Пахло сосною смолою», «Шерсть ведмеда була м'якою». Використання звукових ефектів: Шумові інструменти, записи звуків природи. Тактильні матеріали: дозволяти дитині торкатися об'ємних іграшок, предметів, що асоціюються з героями казки. Приклад: казка про Дівчинку, яка подорожувала світом, впізнаючи його за звуками (співом пташок, шумом річки, дзвоном дзвонів) та запахами (квітів, дощу).

Загальні умови для всіх дітей з ООП

- Індивідуалізація – це ключовий момент. Кожна дитина з ООП унікальна. Підбір казки має базуватися на індивідуальних діагностичних даних, а не лише на загальній категорії порушення. Приклад: навіть у двох дітей з РСА можуть бути абсолютно різні потреби та інтереси, що вплине на вибір казки.
- Доступність мови: казка має бути викладена простою, чіткою мовою, без складних синтаксичних конструкцій. Уникати жаргону.
- Візуалізація та мультисенсорний підхід. Максимально задіювати різні канали сприйняття (слух, зір, дотик). Приклад, використання карток-пиктограм для кожної події сюжету, мініатюрних предметів, що можна помацати, спеціальних звукових ефектів.
- Адаптація тривалості – казки мають бути коротшими, ніж для нормотипових дітей того ж паспортного віку, щоб утримувати увагу. Можна розбивати довгі казки на частини.
- Повторюваність – повторення слів, фраз, частин сюжету допомагає краще засвоїти матеріал та сформувати очікування, що є важливим для багатьох дітей з ООП.
- Чіткий, позитивний фінал – казка має завершуватися успішним подоланням проблеми та позитивним результатом, даруючи дитині відчуття безпеки та надії.
- Активна участь дитини – залучати дитину до процесу через доступні для неї форми (жести, вказівний погляд, малювання, вибір фігурок, звуконаслідування).
- Безоцінне середовище – створити атмосферу повної довіри, де дитина не боїться виражати свої емоції та реакції.
- Підтримка дорослого – постійна підтримка, заохочення та допомога дорослого у розумінні та переживанні казки.

Умови проведення казкотерапії з дітьми

Ефективність казкотерапії значною мірою залежить від створення певних умов, які сприятимуть зануренню дитини у казковий світ, її розслабленню та готовності до емоційного та пізнавального опрацювання. Ці умови стосуються як фізичного простору, так і психологічної атмосфери взаємодії.

1. Створення безпечного та комфортного простору. Фізичне середовище має бути таким, щоб дитина відчувала себе захищеною, затишно та вільно.

- Тихе та затишне місце: заняття мають проводитися в місці, де немає зайвого шуму та відволікаючих факторів. Це може бути окремий куточок у груповій кімнаті, сенсорна кімната або спеціально відведене приміщення. Приклад, можна облаштувати «Казковий куточок» з м'яким килимком, подушками, пледами, де діти можуть зручно розташуватися. Додайте елементи, що створюють затишок: невеликий намет, ширма.
- Приглушене світло – м'яке, розсіяне освітлення сприяє розслабленню та розвитку уяви. Уникайте яскравого, різкого світла. Приклад, використання нічника, торшера з теплим світлом, світильників-проекторів (наприклад, «зоряне небо»). Можна закрити вікна щільними шторами.
- Відповідна температура – температура в приміщенні має бути комфортною, щоб дитина не відволікалася на відчуття холоду чи спеки.
- Відсутність відволікаючих факторів – приберіть зайві іграшки або матеріали, які можуть розсіювати увагу дитини під час слухання казки. Приклад, перед початком заняття можна запропонувати дітям «заховати» всі іграшки в «чарівні коробки», щоб вони не заважали

казці.

2. *Створення емоційної атмосфери та довіри.* Психологічна атмосфера є ключовою для успіху казкотерапії.

- Довіра до дорослого – дитина має довіряти тому, хто розповідає казку. Це означає, що дорослий має бути емпатійним, терплячим, безоціночним та вміти встановлювати емоційний контакт. Приклад, перед початком казки можна провести короткий ритуал привітання або легку розминку, що сприяє налагодженню контакту. Важливо посміхатися, використовувати м'який голос.
- Прийняття емоцій – дорослий повинен бути готовим прийняти будь-які емоції дитини, що виникнуть під час або після казки (страх, смutek, радість, гнів). Не варто засуджувати чи пригнічувати ці емоції. Приклад, якщо дитина налякалася: «Я бачу, тобі стало страшно. Це нормально. Хочеш, я візьму тебе за ручку? Пам'ятай, що у казці герой завжди знаходить спосіб впоратися».
- Відсутність критики та примусу. Казкотерапія – це простір для вільного самовираження. Дитину не можна змушувати слухати, брати участь в обговоренні чи виконувати творче завдання, якщо вона цього не бажає. Приклад, «Ти можеш просто послухати, якщо тобі так зручніше. Якщо захочеш, можеш приєднатися».
- Спільна діяльність – залучення дітей до процесу (вибір казки, участь у розповіді, створення ілюстрацій) підвищує їхню зацікавленість.

3. *Правильний вибір та адаптація казки.* Вибір казки має бути цілеспрямованим та враховувати особливості дітей.

- Відповідність віку та розвитку – казка повинна бути зрозумілою для дітей даної вікової групи, відповідати їхньому рівню когнітивного та емоційного розвитку. Приклад, для 2–річних дітей – прості, короткі казки з повторами та яскравими образами («Ріпка», «Колобок»). Для 5–річних – казки з більш розгорнутим сюжетом та моральним підтекстом.
- Актуальність проблеми – якщо казка використовується для корекції певної проблеми (страх, агресія, сором'язливість), її сюжет має опосередковано відображати цю проблему. Приклад, для дитини, яка боїться темряви, обираємо казку про героя, який вчився долати страх темряви.
- Позитивний фінал – переважно обирають казки з позитивним, оптимістичним фіналом, де герой долає труднощі та отримує винагороду. Це дає дитині надію та відчуття внутрішньої сили.
- Адаптація тексту – за необхідності текст казки можна спростити, скоротити, додати пояснення або повтори, щоб зробити його більш доступним для дітей з особливими освітніми потребами. Приклад, використання візуальних матеріалів (картинки, ляльки) під час розповіді казки для дітей із порушеннями мовлення або РАС.

4. *Методичні прийоми під час та після казки.*

- Ігрове подання – використання різних голосів для персонажів, інтонації, міміки, жестів. Приклад, під час розповіді про Лисичку – говорити хитрим голосом, про Ведмеда – низьким і гучним.
- Використання додаткових матеріалів – ляльки–персонажі, театр тіней, ілюстрації, пісочниця, природні матеріали. Приклад, під час казки про ліс можна використовувати шишки, гілочки, листя.
- Можливість для прояву реакції – після казки необхідно дати дитині можливість виразити свої емоції та думки:
 - Малювання/ліплення – запропонувати намалювати улюбленого героя, страшного дракона, щасливий фінал.
 - Розмова – обговорити, що сподобалося, що здивувало, які почуття викликала казка. Ставити відкриті запитання, «Що ти думаєш про героя?», «Що він відчував?», «Як би ти вчинив на його місці?».
 - Програвання ситуацій, за допомогою ляльок або пальчикового театру.
- Конфіденційність – важливо підкреслити, що все, що дитина розповідає про себе через казку, є її особистим і не буде розголошено без її згоди (наскільки це можливо для дошкільнят).

Дотримання цих умов забезпечує створення сприятливого та ефективного поля для казкотерапевтичної роботи, дозволяючи казці розкрити свій повний потенціал у допомозі та розвитку дитини.

Вимоги до казкової ситуації під час казкотерапії з дітьми

Казкова ситуація в контексті казкотерапії – це не просто розповідь, а особливе, терапевтично спрямоване занурення у світ казки. Для того, щоб ця ситуація була ефективною та безпечною для дитини, вона має відповідати певним вимогам. Ці вимоги гарантують, що казка стане не просто розвагою, а інструментом для розвитку, корекції та підтримки.

1. Відповідність віку та рівню розвитку дитини.

- Зрозумілість сюжету та мови. Казка має бути доступною для розуміння дитиною, її словниковий запас і складність сюжету повинні відповідати віковим можливостям. занадто складна лексика або заплутаний сюжет можуть викликати фрустрацію. Приклад, для 3–річної дитини обирають прості казки з повторами та чіткими образами («Теремок», «Ріпка»). Для 5–річної – казки з більш розгорнутим сюжетом, що містять моральні дилеми.
- Релевантність проблемі – казка має опосередковано відображати ту проблему чи емоційний стан, над яким ведеться робота. Символіка та образи казки мають бути «зчитуваними» для дитини. Приклад, якщо дитина боїться темряви, казка про героя, який вчився дружити з нічним небом, буде релевантною.

2. Створення безпечного та довірливого середовища.

- Психологічна безпека – дитина має почуватися повністю захищеною, знати, що її емоції та реакції (навіть негативні) будуть прийняті без осуду. Вона не повинна боятися виражати свої почуття. Приклад, перед початком можна сказати: «Тут кожен може відчувати те, що відчуває. У казці можна бути сміливим або сумним, і це нормально».
- Фізичний комфорт – забезпечення затишної, спокійної обстановки, де дитина може розслабитися. Приклад, м'який килимок, подушки, приглушене світло, відсутність сторонніх шумів.

3. Метафоричність та символізм.

- Опосередковане звернення до проблеми – казка не повинна прямо вказувати на проблему дитини. Вона говорить мовою метафор та символів, що дозволяє дитині проєктувати свої переживання на казкових персонажів без прямого усвідомлення та захисних механізмів. Приклад, замість «Ти боїшся ходити в садок?», розповідають казку про маленьке зайченятко, яке боялося виходити з нірки.
- Можливість для проєкції – герої казки мають бути такими, щоб дитина могла легко з ними ідентифікуватися або проєктувати на них свої почуття. Приклад, проблема агресії може бути відображена через образ «колючого їжачка», який вчиться бути м'яким.

4. Наявність конфлікту та пошук рішень.

- Сюжетна лінія з конфліктом – у казці має бути присутній конфлікт або проблема, з якою стикається герой. Це дозволяє дитині пережити схожі труднощі разом із персонажем. Приклад, у казці герой втрачає щось цінне, потрапляє у скрутне становище, стикається зі страхом.
- Пошук варіантів вирішення – важливо, щоб казка (або її обговорення/продовження) пропонувала можливі шляхи вирішення конфлікту. Це дає дитині надію та стратегії подолання власних труднощів. Приклад, герой казки, що заблукав у лісі, знаходить вихід завдяки своїй кмітливості або допомозі друзів.

5. Позитивний та ресурсний фінал (або його пошук).

- Оптимістичне завершення – терапевтичні казки для дошкільнят зазвичай мають позитивний фінал, де герой долає труднощі та отримує винагороду або змінюється на краще. Це формує оптимістичне ставлення до життя.
- Відкритий фінал – у діагностичних казках фінал може бути відкритим, щоб дитина сама запропонувала його, що дозволить виявити її внутрішні ресурси та стратегії вирішення проблем.
- Створення ресурсів – казка має надихати дитину, давати їй відчуття внутрішньої сили та здатності впоратися з труднощами. Приклад, після казки про перемогу над страхом, дитина

відчуває себе сміливішою і готовою долати власні невеликі страхи.

6. Активність дитини та взаємодія.

- Залучення до процесу – казка не є пасивним слуханням. Важливо залучати дитину до обговорення, драматизації, малювання, ліплення за мотивами казки. Приклад, питання «Що ти думаєш про героя?», «Якого кольору був страх?», «Давай покажемо, як герой радів».
- Можливість для прояву реакції – надання можливості виразити емоції, що виникли під час слухання казки, через творчість або обговорення. Приклад, після казки запропонувати намалювати найстрашніший або найвеселіший момент, або зліпити героя, який найбільше сподобався.

Дотримання цих вимог дозволяє створити цілісну та ефективну казкову ситуацію, яка не тільки розважить дитину, але й стане цінним інструментом її психологічного розвитку та підтримки.

Вимоги до сюжету терапевтичної казки для дітей

Сюжет терапевтичної казки – це не просто послідовність подій, а ретельно продумана структура, що має на меті допомогти дитині опосередковано опрацювати свої проблеми. Для досягнення максимального терапевтичного ефекту сюжет повинен відповідати певним вимогам:

1. *Час і місце дії* – «далеке минуле» та невизначене місце. Казка повинна відбуватися найчастіше в далекому минулому («Колись давно...», «У тридев'ятому царстві...») та в чітко визначеному, але віддаленому або вигаданому місці (ліс, чарівне місто, інша планета, хатинка на узліссі). Це забезпечує максимальне дистанціювання дитини від реальних подій в її житті. Таке «відсторонення» допомагає дитині сприймати проблему не як свою особисту, а як ситуацію «з кимось іншим», що знижує психологічний опір та дозволяє безпечно проєктувати власні переживання на казкових героїв.

2. *Головний герой* – збалансований і впізнаваний. Головний герой повинен володіти максимальною кількістю як позитивних, так і негативних якостей. Він не має бути ідеально добрим чи абсолютно поганим. Важливо, щоб герой був схожий на дитину, для якої створюється казка, або мав риси, з якими дитина могла б себе ідентифікувати. Це допомагає дитині ідентифікуватися з героєм, бачити в ньому частину себе. Реалістичний (з точки зору дитячого сприйняття) образ героя дозволяє дитині відчути: «Так, це як я», «Він теж може помилятися». Це також вчить приймати свої власні «недосконалості».

3. *Проблема чи ситуація для вирішення* – максимально казкова. Проблема, в якій опиняється герой казки, повинна бути максимально казковою та чарівною, але при цьому метафорично відображати реальну проблему дитини. Забезпечує доступність та безпеку. Метафоричність дозволяє обійти психологічні захисти дитини. Проблема в казці може бути «перетворена» на щось чарівне чи вигадане, що полегшує її сприйняття та опрацювання (наприклад, страх темряви перетворюється на «велику чорну хмару», агресія – на «колючки»).

4. *Поява антигероя* – ускладнення та стимул. У сюжеті обов'язково має з'явитися антигерой (або зовнішня перешкода), який ускладнює проблему. Антигерой створює конфліктну ситуацію, яка є рушійною силою сюжету. Він змушує героя діяти, шукати шляхи вирішення, проявляти свою внутрішню силу. Антигерой символізує ті перешкоди, з якими дитина стикається в реальному житті (власні страхи, зовнішні обставини, негативні емоції).

5. *Вирішення проблеми* – прояв найкращих якостей та ресурсів. У процесі вирішення проблеми герой казки повинен проявляти кращі якості, задіювати різноманітні ресурси (власні внутрішні сили, допомогу друзів, магичні предмети). Це демонструє дитині, що для подолання труднощів необхідні активні дії та віра в себе. Казка показує різні стратегії вирішення проблем, вчить звертатися по допомогу, використовувати кмітливість, доброту, сміливість. Це формує у дитини відчуття власної компетентності та здатності впливати на ситуацію.

6. *Герой стає переможцем* – подолання через шлях із перешкодами. Сюжет повинен завершуватися перемогою героя, який долає проблеми через шлях із перешкодами. Фінал має бути позитивним і ресурсним. Це дає дитині надію та віру в успіх. Важливо показати, що перемога не дається легко, що були перешкоди, але герой впорався. Це вчить дитину, що

труднощі є частиною життя, і їх можна подолати, а після їх подолання герой стає сильнішим, мудрішим і щасливішим. Це підсилює відчуття внутрішньої сили та оптимізму.

Етапи казкотерапії з дітьми дошкільного віку

Казкотерапія – це цілісний процес, який має свою логічну послідовність. Дотримання етапів дозволяє максимально розкрити терапевтичний потенціал казки та забезпечити глибокий вплив на психіку дитини. Кожен етап має свою мету та специфічні прийоми роботи.

1. Етап підготовки до сприйняття казки (5–10 хвилин). Це початковий етап, мета якого – створити сприятливу психологічну атмосферу, налаштувати дітей на сприйняття казки та занурення в її світ.

- Створення безпечного та комфортного простору. Приклад, організація «казкового куточку» з м'якими подушками, пледами, приглушеним світлом (наприклад, за допомогою торшера або нічника). Можна запалити аромалампу з легким, заспокійливим ароматом (за умови відсутності алергії у дітей).
- Ритуал входу в казку. Приклад, вихователь пропонує: «Давайте сядемо зручно, заплющимо очі й уявимо, що ми вирушаємо до чарівної країни. Щоб туди потрапити, треба промовити чарівні слова: 'Раз, два, три, казка, до нас прийди!'"» Або використати «чарівний клубочок», який розмотується і веде у казку.
- Зняття напруги, розслаблення. Приклад, короткі дихальні вправи («Подихай як вітерець»), пальчикова гімнастика («Зайчик–побігайчик»), або просто кілька хвилин тихої, спокійної музики, що сприяє релаксації.
- Мотивація до слухання. Приклад, «До нас завітав сумний зайчик, який щось загубив. Можливо, у казці ми знайдемо відповідь, як йому допомогти?» Або, «Сьогодні я розповім вам дуже цікаву історію про те, що сталося в далекому лісі...»

2. Етап розповіді казки (5–20 хвилин, залежить від віку). Це основний етап, де відбувається безпосереднє знайомство з казковим сюжетом.

- Вибір казки. Приклад, для опрацювання страху темряви обирається казка про маленьке лісове звірятко, яке боялося нічних тіней, але потім знайшло ліхтарик і друга.
- Емоційна та виразна розповідь. Приклад, використання різних голосів для персонажів (наприклад, високий для мишки, низький для ведмеда), міміки, жестів, пауз, зміни темпу мови, щоб передати емоції героїв та динаміку сюжету. Важливо, щоб педагог сам вірив у казку.
- Використання допоміжних матеріалів (за потребою). Приклад, під час розповіді можна показувати ілюстрації, використовувати ляльок–персонажів (пальчиковий, настільний театр), елементи піщаної терапії, фланелеграф. Для дітей із ООП це особливо важливо для кращого розуміння.
- Непереривність розповіді. Приклад, уникайте відволікань, пояснень під час розповіді. Важливо дозволити дитині зануритися в сюжет.

3. Етап обговорення та рефлексії (5–15 хвилин). Цей етап допомагає дитині усвідомити почуте, виразити свої емоції та зв'язати казковий досвід із власними переживаннями.

- Безоцінне обговорення. Приклад, замість «Хто тут хороший, а хто поганий?», запитати: «Який герой тобі сподобався найбільше і чому?», «Що ти відчував, коли слухав про цього героя?», «Що, на твою думку, відчував герой, коли йому було сумно/страшно/радісно?».
- Відкриті запитання. Приклад, «Що ти запам'ятав найбільше?», «Що тобі сподобалося/не сподобалося в казці?», «Чи була якась ситуація, схожа на твою?», «Що могло б статися далі?».
- Заохочення до вираження емоцій. Приклад, «Покажи мені, яке обличчя було у сумного ведмедика?», «Який колір тобі нагадує про радість/смуток?».
- Дозволити вибір. Приклад, дитина може відмовитися обговорювати, і це варто прийняти. «Якщо не хочеш говорити, це добре. Можливо, ти захочеш намалювати свої почуття?».

4. Етап творчої активності (5–15 хвилин). Це етап, де дитина має можливість «прожити» казку через власну творчість, виразити свої емоції невербально.

- Малювання за мотивами казки. Приклад, «Намалюй свого улюбленого героя», «Намалюй те, що ти відчував, коли слухав казку», «Намалюй, що сталося далі». Можна

використовувати різні матеріали: фарби, олівці, крейди, фломастери.

- Ліплення. Приклад, створити з пластиліну або глини персонажа, предмет, місце дії з казки. «Зліпи того, хто допоміг герою», «Зліпи свій страх, а потім зміни його на щось добре».
- Аплікація/колаж. Приклад, створення сюжету казки з вирізок, клаптиків тканини, природних матеріалів.
- Драматизація/інсценування. Приклад, розігрування уривків казки за ролями, з використанням ляльок, масок. «Давай покажемо, як Зайчик тікав від Лисички».
- Ігри з піском (піщана терапія). Приклад, створення казкового світу в пісочниці, розігрування сюжету за допомогою фігурок.

5. *Етап завершення заняття (2–5 хвилин)*. Цей етап допомагає дитині плавно вийти з казкового світу та закріпити позитивні враження.

- Підсумок та заохочення. Приклад, «Ми сьогодні були справжніми дослідниками казок! Молодці!», «Ви створили такі чудові роботи!»
- Ритуал завершення. Приклад, «Давайте подякуємо казці і скажемо їй: «До побачення, казка, до нової зустрічі!»». Або колективне прощання з героями казки.
- Позитивне підкріплення. Приклад, дати кожній дитині «чарівну зірочку» або наліпку за участь.

Тривалість кожного етапу є приблизною і може варіюватися залежно від віку дітей, їхньої концентрації уваги, емоційного стану та складності казки. Головне – це гнучкість педагога та його чутливість до потреб дітей.

Алгоритм створення та використання терапевтичної казки

Терапевтична казка, на відміну від просто художньої, створюється або адаптується за певним алгоритмом, щоб максимально ефективно впливати на конкретну проблему дитини. Цей алгоритм забезпечує структуру, яка допомагає дитині безпечно «прожити» проблему і знайти її рішення.

Алгоритм терапевтичної казки:

Діагностика та визначення проблеми (підготовчий етап). Перш ніж писати казку, важливо чітко зрозуміти, яка саме проблема турбує дитину, які її емоційні чи поведінкові прояви вимагають корекції. З цією метою уважно спостерігайте за поведінкою дитини в різних ситуаціях (гра, спілкування з дорослими та однолітками). Зверніть увагу на реакції, страхи, конфлікти що повторюються. Приклад, дитина стала агресивною до молодшого брата; боїться спати сама; соромиться відповідати на заняттях; часто плаче без видимої причини. Опосередковані бесіди з дитиною – ставте питання, що дозволяють дитині висловити свої почуття або побоювання через іграшки, малюнки, розповіді про інших. Як приклад, «Як відчувається твій ведмедик, коли ти йдеш спати?», «Що відчуває лялька, коли її штовхають?». Розмови з батьками/опікунами – дізнайтеся про зміни в поведінці дитини, нові страхи чи проблеми з їхньої перспективи. Батьки скаржаться, що дитина стала занадто впертою і не реагує на прохання. Визначення емоційного стану, які емоції переважають у дитини: страх, гнів, смуток, тривога? Результат цього етапу, чітке формулювання проблеми, на яку буде спрямована казка (наприклад: «страх темряви», «агресія до однолітків», «небажання ділитися», «ревності до молодшого брата/сестри»).

1. *Життя «був собі» (вступ, експозиція)* – опис головного героя, його життя та середовища до появи проблеми. Важливо, щоб герой був схожий на дитину, для якої створюється казка, або мав риси, з якими дитина могла б ідентифікуватися. Це допомагає дитині відчути приналежність до історії. Приклад, «Жив собі маленький Зайчик (дуже сором'язливий, як ти), який дуже любив гратися у лісі, але коли до нього підходили інші звірята, він ховався під кущиком.»

2. *«І раптом...» (поява проблеми, зав'язка)* – у сюжет вводиться проблема або конфлікт, який турбує дитину. Проблема описується метафорично, а не прямо. Це може бути страх, агресія, сором'язливість, образа, труднощі в спілкуванні тощо. Приклад, «І раптом одного дня до лісу прийшла велика та галаслива Ведмедиця, яка голосно гукала всіх гратися. Зайчик так злякався її голосу, що сховався ще глибше, ніж завжди» (проблема – страх гучних звуків, замкнутість, сором'язливість).

3. *«Через це...» (розвиток подій, пошук рішень)* – опис, як герой намагається впоратися з проблемою, і які наслідки це має. Герой може робити помилки, шукати різні шляхи, звертатися по допомогу. Тут важливо показати різні варіанти поведінки, як успішні, так і не дуже. Приклад, «Через це Зайчик сумував, бо бачив, як весело граються інші звірята, але не міг до них приєднатися. Він намагався виглядати з–під куща, але щойно чув гучний сміх, одразу ховався назад. Одного разу він навіть спробував тихенько підкрастися, але Ведмедиця його не помітила і ледь не наступила на нього. Зайчик дуже засмутився».

4. *«Кульмінація» (зустріч з мудрістю, усвідомлення)*. Герой зустрічає «чарівного помічника» (мудрого старого, тварину, чарівний предмет, внутрішній голос), який допомагає йому усвідомити причину проблеми або підказує шлях до її вирішення. Це момент «освячення», коли герой отримує ресурс. Приклад, «Одного разу до лісу прилетів старий Мудрий Пугач. Він побачив Зайчика і запитав: «Чому ти ховаєшся, малюче?». Зайчик розповів йому про свій страх гучних звуків і про те, як йому сумно від цього. Пугач сказав, «Бути сором'язливим – це не погано. Але ти можеш навчитися слухати не лише гучні звуки, а й тихе шепотіння трави, спів пташок. І не всі гучні звуки страшні. Іноді це просто радість! Спробуй слухати своє серденько – воно підкаже, хто є другом, а хто – ні».

5. *«Новий досвід» (дія героя, застосування нового знання)*. Герой застосовує отриману мудрість або ресурс у реальному житті. Він починає діяти по–новому, випробовувати різні стратегії, долати труднощі. Це показує процес зміни та адаптації. Приклад, «Зайчик задумався. Наступного дня, коли звірята знову почали гратися, він вирішив не ховатися одразу. Він прислухався. Спочатку було трохи страшно, але потім він почув, як весело сміється Білочка, як тихенько шарудить мишка, коли грає у хованки. Він почав визирати з–під куща і сам тихенько посміхатися. А коли Ведмедиця знову засміялася, Зайчик подумав: «Це ж вона радіє, а не лякає мене!»»

6. *«Закріплення нового досвіду» (розв'язка)*. Герой продовжує використовувати нову поведінку, і це призводить до позитивних результатів, закріплюючи отриманий досвід. Приклад, «З того дня Зайчик вже не так боявся гучних звуків. Він зрозумів, що голос Ведмедиці – це просто голос радості. І поступово він почав виходити з–під куща, а потім навіть тихенько гратися з іншими звірятами, слухаючи не лише гучні звуки, а й своє серденько, яке підказувало, що поруч друзі».

7. *«Післямова» (завершення, ресурсний фінал)*. Опис того, як змінилося життя героя після подолання проблеми. Це позитивне, ресурсне завершення, що дає дитині надію та відчуття внутрішньої сили. Можна підкреслити, що герой став мудрішим, сміливішим, щасливішим. Приклад, «І тепер Зайчик знає, що у лісі багато різних звуків, і не всі вони страшні. Він навчився слухати не лише вушками, а й серцем, і зрозумів, що дружба та радість завжди перемагають страх. І він став дуже щасливим зайчиком.»

Прийоми роботи з терапевтичною казкою

Робота з казкою – це багатогранний процес, що виходить за межі простого слухання. Вона передбачає активну взаємодію дитини з казковим матеріалом, що сприяє глибшому розумінню, емоційній реакції та особистісному зростанню. Нижче розкрито додаткові прийоми роботи з казкою, включаючи аналіз казок.

1. *Аналіз казок*. Цей прийом передбачає спільне (дорослий і дитина) або самостійне (дитиною, якщо це старший дошкільний вік і вона здатна) осмислення змісту казки, вчинків героїв, причинно–наслідкових зв'язків та морального підтексту. Аналіз допомагає дитині усвідомити приховані смисли, зробити висновки та перенести їх на власне життя.

Особливості:

- непрямий та безоцінний підхід: аналіз проводиться через запитання, які спонукають до роздумів, а не до пошуку «правильних» відповідей. Важливо уникати критики чи моралізаторства.
- фокус на емоціях та мотивації: акцент робиться на тому, що відчували герої, чому вони діяли так, а не інакше.
- зв'язок з особистим досвідом: педагог допомагає дитині побачити паралелі між казковою ситуацією та її власним життям. Приклади: аналіз вчинків героїв: «Як ти

думаєш, чому Колобок покотився від бабусі й дідуса?», «Чому братик Іванко в казці про сестричку Оленку не послухався і напився води з копитця?», «Що відчували поросятка, коли Вовк намагався зруйнувати їхні будиночки?».

- визначення причинно–наслідкових зв'язків: «Що сталося з Колобком, коли він зустрів Лисичку? Чому так вийшло?», «Через що Вовк не зміг здути будинок Наф–Нафа?»
- Пошук альтернативних рішень: «Як би ти вчинив на місці героя, щоб уникнути неприємностей?», «Чи міг Зайчик вчинити інакше, коли його хатинку зайняла Лисичка?».
- Визначення головної думки / уроку казки: «Чого навчас нас ця казка?», «Яка мудрість захована в цій історії?» (наприклад, що треба бути обережним, що друзі допомагають, що працьовитість винагороджується).
- Виявлення «добрих» і «злих» сил: «Хто в цій казці бажав добра, а хто – зла?», «Чим відрізнялися вчинки Доброї Феї від вчинків Злої Чаклунки?».
- Аналіз казок і казкових ситуацій може бути побудований у формі як індивідуальної роботи, так і групової дискусії, де кожна дитина висловлює свою думку щодо того, що «зашифровано» в тій або іншій казковій ситуації.

2. *Доповнення казки.* Дитина або група дітей додають до існуючої казки нові елементи – персонажів, події, місця дії. Це стимулює уяву, креативність та дозволяє дитині внести власний внесок у сюжет, часто відображаючи свої внутрішні переживання.

Особливості:

- розширення світу казки: дозволяє вийти за межі традиційного сюжету.
- індивідуалізація: кожна дитина може додати щось своє, що робить казку унікальною. Приклади: «Додайте нового героя до казки «Ріпка». Хто ще прийшов допомагати?», «Яка нова пригода могла б статися з Колобком після того, як він втік від Лисички?», «Який чарівний предмет міг би допомогти герою подолати труднощі?»

3. *Зміна казки.* Зміна існуючого сюжету казки, її персонажів, фіналу або навіть цілого жанру. Цей прийом дозволяє дітям експериментувати з відомими історіями, що розвиває гнучкість мислення та здатність до альтернативних рішень.

Особливості:

- розвиток критичного мислення: дитина вчиться аналізувати, що саме можна змінити і як це вплине на сюжет.
- долання стереотипів: допомагає відійти від звичних моделей та уявлень. Приклади: «А що, якби Вовк у казці про Червону Шапочку був добрим?», «Придумайте інший, щасливий фінал для Колобка», «Як зміниться казка, якщо її розповідати від імені Лисички?», «Перетворимо казку про Козу–Дерезу на веселу пісеньку або танок».

4. *Переписування казок.* Переписування або доповнення сюжету авторських чи народних казок має значення тоді, коли дитину щось не влаштовує в подіях, перебігу ситуацій чи фіналі розповіді. Така діяльність є цінним інструментом для діагностики емоційного стану дитини. Вносячи зміни до казки, створюючи нову кінцівку чи додаючи персонажів, дитина інтуїтивно обирає той розвиток подій, який найбільше відповідає її внутрішнім переживанням. Таким чином вона знаходить спосіб вирішення проблеми, що сприяє зниженню емоційного напруження. Саме в цьому і полягає психокорекційний ефект переписування казки.

5. *Придумування казки.* Дитина або група дітей створюють власну оригінальну казку від початку до кінця. Це найвищий рівень творчої роботи з казкою.

Особливості:

- комплексний розвиток: стимулює всі аспекти розвитку – мовлення, мислення, уяву, емоційний інтелект.
- проєкція внутрішнього світу: дитина може несвідомо вкладати у власну казку свої актуальні переживання, страхи, бажання, що дозволяє педагогу краще зрозуміти її внутрішній стан. Приклади, «Казка про мій настрій» – «Придумай казку про те, що сталося сьогодні з твоїм настроєм». «Казка про твій страх» – «Давай придумаємо казку про маленького героя, який чогось боявся. Як він впорався зі своїм страхом?». Казка про те, що ти мрієш» – «Розкажи казку про свою найзаповітнішу мрію. «Колективна казка – кожна дитина по черзі додає одне речення або одну подію до спільної казки.

6. *Драматизація казки*. Відтворення сюжету казки через гру, рух, міміку, інтонацію. Це може бути розігрування за ролями, використання ляльок, тіньовий театр тощо.

Особливості:

- емоційна відповідь дозволяє «прожити» емоції героїв через власне тіло.
- розвиток емпатії: дитина вчиться розуміти почуття інших, ставлячи себе на їхнє місце.
- комунікативні навички: взаємодія в процесі драматизації розвиває навички спілкування.
- тілесна виразність: розвиток міміки, жестів, пластики. Приклади, ляльковий театр: використання пальчикових, рукавичних, планшетних ляльок для розігрування сюжету. Маски та костюми: діти одягають елементи костюмів або маски персонажів і розігрують казку. Пантоміма: вираження сюжету та емоцій через рух без слів. Тіньовий театр: створення казкових образів за допомогою тіней на екрані.

7. *Малювання казки (арт-терапевтичний прийом)*. Відображення змісту казки, її персонажів, емоцій або власного ставлення до неї через художню творчість.

Особливості:

- невербальне вираження: дозволяє виразити те, що важко або неможливо сказати словами.
- опрацювання емоцій: малювання допомагає «виплеснути» накопичені почуття.
- розвиток дрібної моторики та уяви: стимулює творчі здібності. Приклади: «Намалюй, що ти відчув, коли слухав цю казку», «Намалюй найстрашніший момент казки», «Якого кольору був смуток Зайчика, або радість Білочки?», «Намалюй продовження історії про...», «Намалюй героя, який тобі найбільше сподобався».

Використання цих прийомів у комплексі робить роботу з казкою максимально ефективною, сприяючи гармонійному розвитку дитини та допомогти у подоланні її психологічних труднощів.

ІМАГОТЕРАПІЯ (ЛЯЛЬКОТЕРАПІЯ, ДРАМОТЕРАПІЯ)

Суть та зміст імаготерапії в роботі з дітьми

Імаготерапія (від лат. *imago* – образ) – це один із напрямів арт-терапії, що ґрунтується на розвивально-корекційному впливі через образ, театралізацію та гру. Її суть полягає у використанні різноманітних ігрових та драматичних методів для створення, зміни та взаємодії з образами – як зовнішніми (ляльки, персонажі), так і внутрішніми (уявні образи). Це дозволяє дитині безпечно виражати свої почуття, опрацьовувати внутрішні конфлікти та розвивати важливі соціальні навички.

Основна ідея імаготерапії полягає в тому, що гра, особливо театралізована, є природним та ефективним способом для дитини пізнавати світ, себе та взаємодіяти з оточенням. Через створення та програвання образів дитина може:

1. Проектувати свої емоції та переживання: дитині легше «говорити» про свої страхи, тривоги, радість чи гнів не напряму, а через персонажа чи ляльку. Лялька стає «двійником» дитини, що дозволяє їй дистанціюватися від проблеми і поглянути на неї збоку.
2. Прояв накопичених почуттів: активне програвання ролей, імітація рухів, голосу, емоцій дозволяє екологічно «виплеснути» накопичену енергію, зменшити емоційну напругу.
3. Експериментувати з поведінкою: у безпечному ігровому просторі дитина може спробувати різні варіанти поведінки, знайти нові способи вирішення проблем, які в реальному житті можуть бути для неї складними або недоступними.
4. Розвивати емпатію та соціальні навички: граючи різні ролі, дитина вчиться ставити себе на місце іншого, розуміти його почуття, розвиває навички комунікації, співпраці, вирішення конфліктів.
5. Формувати позитивний «образ Я»: через успішні ігрові сценарії, де герої долають труднощі, дитина отримує позитивний досвід, зміцнює самооцінку та віру у власні сили.
6. Активізувати уяву та творче мислення: створення образів, вигадкування сюжетів,

імпровізація сприяють розвитку фантазії та креативності.

Імаготерапія є синтезом різних видів мистецтва, де театральна діяльність виступає як провідний засіб. Вона може проявлятися у вигляді:

- Лялькотерапії: взаємодія з різними видами ляльок (пальчикові, рукавичні, настільні, маріонетки).
- Драматерапії: програвання життєвих ситуацій, казок, історій, імпровізацій.
- Театралізованої діяльності: участь у виставах, перевтілення в персонажів.

Зміст імаготерапевтичної роботи з дітьми включає низку взаємопов'язаних напрямків:

1. Діагностичний аспект:

- Спостереження за грою: вибір дитиною ляльок, її рольова поведінка, сюжети, які вона обирає, можуть дати багато інформації про її внутрішній світ, актуальні проблеми, страхи, бажання та стосунки з оточенням.
- Виявлення емоційних станів: через ляльку або персонаж дитина може показати свої почуття, які вона не може або не хоче виражати напругу.

2. Корекційно-розвивальний аспект:

- Подолання страхів та тривог: програвання лялькою ситуацій, що викликають страх (наприклад, візит до лікаря, темрява, незнайомі люди), дозволяє дитині «прожити» ці емоції в безпечній обстановці та знайти способи їх подолання.
- Корекція агресивної поведінки: дитина може виразити свій гнів через агресивну ляльку, а потім навчитися трансформувати цю енергію в більш прийнятні форми.
- Розвиток комунікативних навичок: діти вчаться вітатися, просити, ділитися, домовлятися, вирішувати конфлікти через діалоги між ляльками.
- Розвиток емоційного інтелекту: навчання розпізнаванню та адекватному вираженню емоцій (радість, смуток, злість, здивування, страх) за допомогою міміки, жестів та голосу персонажів.
- Формування позитивної самооцінки: успішні ігрові ситуації, де лялька-герой долає труднощі, сприяють підвищенню самооцінки дитини.
- Розвиток мовлення: активізація словникового запасу, вдосконалення звукової культури мови, інтонаційного ладу, розвиток діалогічного та монологічного мовлення через проговорювання реплік персонажів.
- Розвиток пізнавальних процесів: уваги, пам'яті, мислення, уяви через створення сюжетів, запам'ятовування ролей, логічне вибудовування подій.

3. Освітньо-виховний аспект:

- Засвоєння соціальних норм та правил: через дії персонажів діти вчаться розуміти, що таке «добре» і «погано», як потрібно поводитися у різних ситуаціях.
- Формування моральних якостей: на прикладі героїв казок та вистав діти засвоюють поняття доброти, чесності, взаємодопомоги.
- Розширення уявлень про навколишній світ: через сюжети та образи діти знайомляться з різними сферами життя, професіями, природними явищами.

Методичні прийоми імаготерапії в роботі з дітьми:

- Ігри-драматизації: інсценування знайомих казок або створення нових.
- Пальчиковий театр, настільний театр, тіньовий театр: використання різних видів ляльок для розігрування ситуацій.
- Рольові ігри: педагог пропонує дітям уявити себе персонажами і розіграти ситуацію.
- Створення власних ляльок: з паперу, тканини, природних матеріалів – це також є формою арт-терапії та допомагає дитині спроектувати частину себе на ляльку.
- Бесіди з лялькою: педагог може розмовляти з дитиною від імені ляльки, щоб створити більш довірливу атмосферу або допомогти дитині виразити те, що її турбує.
- «Магічна паличка» або «чарівний предмет»: введення елементів фантастики, що дозволяють змінювати сюжет, допомагати героям.

Отже, імаготерапія є гнучким і творчим інструментом, що дозволяє педагогу індивідуалізувати підхід до кожної дитини, використовуючи найближчі та найзрозуміліші для неї засоби – гру та образ. Вона створює безпечний простір для самовираження та розвитку, що

є вкрай важливим для гармонійного зростання дитини дошкільного віку.

Розвиток дитини засобом лялькотерапії

Лялькотерапія – це один із найефективніших та найприродніших методів психологічної допомоги та розвитку дітей дошкільного віку, що є частиною арт-терапії. Вона використовує ляльку як проміжний об'єкт взаємодії між дитиною та дорослим, дозволяючи дитині безпечно виражати свої емоції, програвати травматичні ситуації та розвивати соціальні навички. Лялькотерапія як метод заснований на процесах ідентифікації дитини з улюбленим героєм мультфільму, казки та з улюбленою іграшкою. Дитина, пізнаючи реальний світ, його соціальні зв'язки та відносини, активно проектує досвід, що сприймається, у специфічну ігрову ситуацію

Сутність лялькотерапії з дошкільниками. Лялькотерапія базується на природній для дошкільника діяльності – грі. Для дитини лялька часто сприймається як жива істота, що дозволяє їй перенести на неї свої думки, почуття, страхи та конфлікти. Це створює безпечний простір для:

- Проекції: дитина проектує свої внутрішні переживання на ляльку. Їй легше говорити про те, що відчуває лялька, ніж про власні почуття.
- Ідентифікації: дитина ототожнює себе з лялькою, її проблемами та успіхами.
- Катарсису: програвання конфліктних ситуацій з лялькою допомагає зняти емоційну напругу.
- Моделювання поведінки: лялька може виступати як зразок бажаної поведінки або як об'єкт, з яким дитина може «відрепетувати» нові стратегії поведінки.

Виділяють такі основні функції лялькотерапії:

1. Комунікативна – сприяє встановленню емоційного зв'язку між дітьми у групі;
2. Релаксаційна – допомагає знімати емоційне напруження;
3. Виховна – коригує поведінкові особливості через ігрове моделювання життєвих ситуацій;
4. Розвивальна – стимулює розвиток психічних процесів, таких як пам'ять, увага, сприйняття, а також моторики;
5. Навчальна – розширює знання про навколишній світ.

Особливості застосування лялькотерапії з дошкільниками

1. Ігровий характер: для дошкільників лялькотерапія – це, перш за все, гра. Дорослий повинен створювати невимушену, ігрову атмосферу, де дитина відчувається вільною та безпечною.
2. Безпечна дистанція: лялька дозволяє дитині дистанціюватися від власних проблем. Вона може висловити агресію через ляльку, пережити страх або смуток, не відчуваючи прямої загрози чи сорому.
3. Невербальне вираження: багато дошкільників ще не мають достатнього словникового запасу або розвинених комунікативних навичок, щоб висловити свої емоції словами. Лялька надає їм невербальний канал для самовираження (через дії ляльки, її міміку, інтонацію).
4. Стимулювання мовлення: коли дитина розмовляє з лялькою або через ляльку, це активно стимулює розвиток її мовлення, розширює словниковий запас, покращує діалогічні навички.
5. Розвиток емоційного інтелекту: програвання різних емоцій ляльками допомагає дитині розпізнавати та називати свої власні почуття, а також розвиває емпатію до інших.
6. Розвиток соціальних навичок: через ляльок можна програвати різноманітні соціальні ситуації: привітання, прохання, відмову, вирішення конфліктів, ділення. Це допомагає дитині освоювати соціальні ролі та норми.
7. Розвиток дрібної моторики та координації: маніпуляції з ляльками (пальчиковими, рукавичними) активно розвивають дрібну моторику рук, координацію рухів.
8. Вирішення проблем: лялькотерапія ефективна при вирішенні багатьох проблем дошкільного віку, таких як: страхи (темряви, розлуки, нових людей); агресія, гнів, впертість; проблеми адаптації (до ЗДО, до змін у сім'ї); ревності до братів/сестер;

сором'язливість, замкнутість; низька самооцінка; проблеми спілкування з однолітками та дорослими.

Групи іграшок та матеріалів, необхідних для лялькотерапії

1. Іграшки, що відображають реальне життя. Лялькове сімейство та ляльковий будиночок із меблями можуть уособлювати членів родини дитини, що дозволяє безпосередньо виражати почуття. Під час розігрування сценок із людськими фігурками можна побачити взаємини між членами сім'ї: суперництво між братами і сестрами, турботу близьких один про одного. Машини та човни підходять для впертих, сором'язливих або замкнутих дітей, оскільки за допомогою цих іграшок можна грати без вербального вираження емоцій.
2. Іграшки для зняття агресії. У грі діти часто переживають сильні емоції, які вони не можуть висловити словами. Іграшки на кшталт солдатиків, рушниць або фігурок диких тварин допомагають їм виразити гнів, ворожість або інші агресивні почуття.
3. Іграшки для творчого самовираження та зниження емоційної напруги. Пісок і вода не мають чіткої форми і можуть стати будь-чим, що забажає дитина – поверхнею місяця, пляжем, пірамідами тощо. Гра з піском і водою не має правильних чи неправильних способів, тому дитина завжди відчуває впевненість у власному успіху. Це особливо корисно для сором'язливих або замкнутих дітей.

Види ляльок для лялькового театру за способом керування

Вибір ляльки в лялькотерапії є ключовим моментом, оскільки різні види ляльок мають свої особливості та потенціал для впливу на дитину. Вони відрізняються способом управління, можливістю передавати емоції, ступенем ідентифікації та доступністю для самостійного виготовлення. Різноманіття ляльок дозволяє педагогу адаптувати метод під конкретні потреби дитини та цілі заняття.

У ляльковому театрі ляльки класифікують за способом керування, що визначає їхнє розташування відносно ширми та рухів актора–ляльководи. Виділяють три основні групи: верхові, низові та серединні.

1. Верхові ляльки. Особливості керування: актор–ляльковод знаходиться нижче рівня ширми, а ляльки діють над ширмою (верхи). Керування здійснюється за допомогою руки, яка вставляється всередину ляльки, або через тростини, прикріплені до різних частин ляльки. Специфіка для дошкільнят – це один з найпопулярніших видів для роботи з дітьми, оскільки такі ляльки добре видно, вони легко рухаються, і дитина може чітко бачити їхні дії.

Приклади: *Рукавичні ляльки:* лялька надягається на руку актора, як рукавичка. Голова ляльки кріпиться на вказівному пальці, а руки ляльки – на великому та середньому пальцях. *Пальчикові ляльки:* маленькі ляльки, що надягаються на один палець. Ідеальні для індивідуальної роботи та розвитку дрібної моторики або для створення ефекту «маленьких мешканців». Дозволяють дитині «оживляти» персонажів без складних рухів. Пальчикові ляльки можуть виготовлятися з щільного картону у вигляді невеликих циліндрів, розмір яких підбирається за розміром пальців дитини, гра з такими ляльками розвиває дрібну моторику дитини, довільну увагу та здатність до концентрації дитини. *Тростинові ляльки:* Керуються за допомогою однієї або кількох тростин, що кріпляться до голови та рук ляльки. Актор рухає тростини, а іноді й руку, яка підтримує тулуб ляльки.

2. Низові ляльки. Особливості керування: актор–ляльковод знаходиться вище рівня декорацій або на рівні сцени, а ляльки діють знизу, на поверхні столу або підлоги сцени. Специфіка для дошкільнят – цей вид ляльок дозволяє дітям краще бачити загальну картину сцени, взаємодію ляльок між собою та з декораціями. Він часто використовується для створення більш статичних або повільних сцен.

Приклади: *Настільні ляльки:* єб'ємні ляльки, які переміщуються по столу за допомогою актора. Актор може сидіти за столом, маскуючи себе, або керувати ляльками стоячи, якщо вони невеликі. *Маріонетки* – ляльки, що керуються зверху за допомогою ниток або дроту, прикріплених до різних частин ляльки (голови, рук, ніг, тулуба). Така лялька складається з голови та сукні з вшитими рукавами, вона дуже проста в управлінні: одна нитка служить для керування головою, інша – руками. Лялька може бути з обличчям або без нього, що дозволяє

дитині фантазувати, у якому настрої знаходиться лялька. Актор керує нитками за допомогою спеціального пристрою – «ваги» або «хрестовини». Рухи маріонеток часто дуже реалістичні, але вимагають високої майстерності від ляльководи. *Плоскі ляльки (театр на фланелеграфі, магнітний театр)*: вирізані з картону або іншого матеріалу фігурки, які переміщуються по вертикальній площині (фланелеграф, магнітна дошка). Руки таких ляльок кріпляться на шарнірах або на кнопках і вільно рухаються. Площинні ляльки використовуються для роботи з дітьми, які мають проблеми у спілкуванні, поведінці, з порушенням образу «Я». Такі ляльки можуть мати змінний набір виразів обличчя, які відповідають різним емоційним станам. Сприяють розвитку зв'язного мовлення, послідовності сюжету.

3. *Серединні ляльки*. Особливості керування – цей вид ляльок поєднує елементи верхових і низових, або ж актор–ляльковод знаходиться на тому ж рівні, що й лялька, і є видимим для глядачів, інтегруючись у виставу. Саме цей тип театру потребує відповідного одягу для учасника театру, оскільки актор є повноцінною частиною вистави. Специфіка для дошкільнят – такі ляльки створюють ефект присутності, що може бути дуже захопливим для дітей. Взаємодія актора з лялькою робить виставу більш динамічною та живою.

Приклади: *Тантамарески (ляльки–маски, ростові ляльки–костюми)* – лялька фактично є частиною костюма актора, який визирає крізь спеціальний отвір у ляльці або керує її частинами. Актор стає «частиною» персонажа. *Театр тіней*, тут діють плоскі фігурки, що проєктуються на освітлений екран. Актор керує ними за екраном, а глядачі бачать лише тіні. Хоча актор невидимий, його рухи та розташування ляльок є «серединними» відносно площини екрану. Тіньові ляльки, використовуються для роботи тіньового театру та виготовляються із чорного або темного картону чи паперу, такі ляльки використовують переважно для роботи над дитячими страхами, граючи з такою лялькою у тіньовому театрі, дитина набуває досвіду вирішення своєї проблеми. *Ляльки–гіганти (парадні ляльки)* – дуже великі ляльки, які актори носять на собі або керують ними зсередини. Використовуються для вуличних вистав або свят.

Традиційні ляльки – *ляльки–мотанки*: можуть бути використані для створення персонажів, що символізують певні риси або стани. Процес виготовлення такої ляльки також має терапевтичний ефект.

Саморобні ляльки (з підручних матеріалів): дитина може сама створити ляльку, що відображає її внутрішній світ, а потім працювати з нею. Мотузкові ляльки є багатофункціональними, вони прості у виготовленні, а саме з мотузки збирається контур ляльки, такі ляльки ефективні для пропрацювання у дітей проблем ідентифікації, спілкування та підвищеної тривожності.

Вибір виду ляльок залежить від мети вистави, віку аудиторії, доступних матеріалів та майстерності ляльководів. Для роботи з дітьми дошкільного віку найчастіше використовують верхові та низові ляльки через їхню простоту та ефективність у передачі сюжету та емоцій.

Форми лялькотерапії у роботі з дітьми дошкільного віку

У роботі з дітьми дошкільного віку лялькотерапія може застосовуватися як в *індивідуальній, так і в груповій формі*. Кожна з них має свої переваги та особливості, і вибір форми залежить від конкретних цілей, потреб дитини та характеру проблеми.

Індивідуальна лялькотерапія. Це дозволяє зосередитися на унікальних потребах та переживаннях дитини.

Переваги. Глибина та індивідуалізація: дозволяє глибоко зануритися в проблему дитини, опрацювати індивідуальні страхи, травми, внутрішні конфлікти, які можуть бути приховані в групі. Педагог може повністю адаптувати сценарій, темп та зміст сесії під конкретну дитину. Створення безпечного простору: для сором'язливих, тривожних або травмованих дітей індивідуальна робота є більш безпечною, оскільки відсутність інших дітей знижує стрес та дозволяє дитині швидше розкритися. Дитина почувається вільніше у вираженні своїх почуттів. Конфіденційність: важливо для опрацювання сімейних проблем, конфліктів, які дитина не захоче виносити на загальне. Цілеспрямованість: вся увага та ресурси педагога спрямовані виключно на одну дитину та її проблему. Розвиток мовлення: у індивідуальній роботі легше стимулювати мовлення дитини, якщо вона має мовленнєві порушення, оскільки вся комунікація спрямована на неї.

Коли обирають індивідуальну форму: Для дітей з глибокими емоційними травмами, фобіями, сильними страхами (наприклад, після розлучення батьків, втрати близького, пережитого стресу). Для дітей з вираженою сором'язливістю, тривожністю, замкнутістю, які важко йдуть на контакт у групі. При роботі з агресивними дітьми, коли необхідно спочатку навчити їх базовим способам саморегуляції, перш ніж включати в групу. Для дітей з особливими освітніми потребами (ООП), які потребують індивідуального підходу та адаптації методики. Коли проблема є дуже особистою і вимагає конфіденційності.

Групова лялькотерапія. Робота з групою дітей (зазвичай 3–7 осіб), де ляльки використовуються для розігрування спільних сюжетів, обговорення та вирішення проблем, що є актуальними для багатьох учасників групи. Переваги. Соціальне навчання: діти вчаться спостерігати за поведінкою інших, моделювати її, розуміти різні точки зору, вирішувати конфлікти в групі. Це ефективно для розвитку соціальних навичок та емпатії. Зниження почуття самотності: дитина бачить, що її проблеми не унікальні, що інші теж стикаються зі схожими труднощами. Це дає відчуття підтримки та приналежності до групи. Розвиток комунікативних навичок: заохочує дітей до діалогу, вміння слухати, висловлювати свою думку, домовлятися. Природне середовище: група створює міні-модель соціального світу, що допомагає дитині перенести набуті навички в реальне життя (ЗДО, сім'я). Рольове моделювання: діти можуть виступати в різних ролях (і позитивних, і «проблемних» героїв), що розширює їхній досвід. Динаміка групи: група може бути джерелом нових ідей та рішень, коли діти пропонують свої варіанти розвитку сюжету або виходу з конфліктної ситуації.

Коли обирають групову форму. Для розвитку соціальних та комунікативних навичок (наприклад, діти, яким важко налагоджувати контакт з однолітками, сором'язливі, але не надмірно тривожні). Для корекції поведінкових проблем, що проявляються у взаємодії з іншими (агресія в групі, проблеми з діленням, конфліктність). Для профілактичної роботи з типовими для дошкільного віку проблемами (адаптація, виховання моральних якостей, підготовка до школи). Коли є група дітей зі схожими, але не дуже глибокими проблемами, які можуть бути опрацьовані у спільному контексті. Для розвитку творчих здібностей та спільної ігрової діяльності.

Комбінований підхід. Часто найефективнішим є комбінований підхід, коли індивідуальна робота чергується з груповою. Наприклад, спочатку дитина працює індивідуально для опрацювання глибинних травм, а потім приєднується до групи для закріплення соціальних навичок та адаптації.

Вибір форми лялькотерапії завжди залежить від комплексної оцінки потреб дитини та поставлених терапевтичних цілей.

Методи та прийоми лялькотерапії

Методи та прийоми лялькотерапії – це конкретні, цілеспрямовані техніки, які роблять цей процес ефективним.

1. Прийоми, спрямовані на встановлення контакту та вибір ляльки. Цей метод передбачає використання вже існуючих ляльок, таких як пальчикові, рукавичкові, традиційні чи іграшки-тварини, для вільної або організованої гри. Це один із найпоширеніших і найдоступніших способів розпочати роботу з дітьми.

- «Знайомство з лялькою»: запропонуйте дитині обрати будь-яку ляльку, дати їй ім'я та «познайомитися» з нею. Приклад: «Привіт! «Подивися, скільки тут ляльок! Яка з них тобі подобається найбільше? Візьми її в ручки. Ця маленька сова хоче з тобою познайомитися. Як її звати? Як вона почувається сьогодні?». Чи є у неї друзі? Що вона любить робити?». Мета: Встановлення першого контакту з лялькою, проєкція на неї своїх рис або актуального емоційного стану. Важливо, не нав'язувати вибір, дозволити дитині обирати інтуїтивно.
- «Оживлення» ляльки. Дорослий допомагає дитині відчути ляльку «живою», ініціюючи її рухи, голос. Завдання: «Привітайся з лялькою! Як вона рухає лапками/ручками? Як вона говорить 'привіт'? Чи може вона стрибати?». Мета: Налаштування дитини на ігрову взаємодію, розвиток уяви.
- «Розмова від імені ляльки». Дорослий розмовляє з дитиною, використовуючи ляльку. Це може бути лялька-помічник, лялька-друг. Приклад: (Лялька звертається до дитини)

«Привіт! Я так радий тебе бачити! Мене звуть ... А тебе?». Мета: Зменшити прямий тиск дорослого, створити більш комфортну атмосферу для комунікації, особливо для сором'язливих дітей.

2. Прийоми, спрямовані на діагностику та вираження емоцій.

- «Лялька–почуття»: Дитина обирає ляльку, яка, на її думку, відображає її нинішній настрій, або їй пропонується лялька, яка «відчуває» певні емоції. Приклад: «Яка з цих ляльок схожа на твій настрій сьогодні? Або: Цей ведмедик виглядає дуже сумним. Як ти думаєш, чому?»
- «Лялька–помічник»: Додайте в гру ляльку, яка може допомогти головному герою або самій дитині впоратися з труднощами. Приклад: «Їжачок не знає, як перейти через велику калюжу. Хто міг би йому допомогти? Може, цей великий слоник?»
- «Вільна гра з ляльками»: Надайте дитині повну свободу у виборі ляльок і створенні власного сюжету. Ваша роль – спостерігати і м'яко включатися за потреби. Приклад: «Ось тут багато різних ляльок. Пограйся з ними, розкажи мені, що вони роблять.»

2. Виготовлення ляльок. Процес створення ляльки власними руками, з допомогою дорослого чи самостійно, є надзвичайно потужним терапевтичним прийомом. Лялька, створена дитиною, стає максимально проєктивною, відображаючи її внутрішній світ.

- «Лялька мого настрою/почуття»: Запропонуйте дитині створити ляльку, яка символізує її емоційний стан. Приклад: «Давай зробимо ляльку, яка схожа на твою злість. Якого вона кольору? Які в неї очі?» Після створення ляльки з нею можна продовжити «працювати» – змінити, заховати чи навіть «вигнати».
- «Лялька мого страху/проблеми»: Створення ляльки, що уособлює страх дитини. Приклад: «Якби твій страх мав вигляд ляльки, якою б вона була? Зроби її з цих матеріалів.» Потім можна програти ситуацію подолання цього страху.
- «Лялька персонажа казки»: Виготовлення ляльки для подальшого інсценування знайомої історії. Приклад: «Давай зробимо Колобка з тіста, щоб він потім міг котитися по доріжці в нашої казці.»

3. Прийоми, спрямовані на корекцію поведінки та пошук рішень

- «Програвання проблемної ситуації». За допомогою ляльок відтворюється ситуація, що є проблематичною для дитини (наприклад, конфлікт з однолітком, страх відвідування лікаря, небажання ділитися). Завдання: «Давай покажемо, що сталося вчора на майданчику. Ти будеш цим ведмедиком, а я – слоником, який забрав твою лопатку. Що зробив твій ведмедик?». Мета: Дати дитині можливість «прожити» ситуацію в безпечних умовах, знайти нові стратегії поведінки.
- «Лялька–помічник/лялька–чарівник». Введення в сюжет ляльки, яка володіє мудрістю або чарівними здібностями і допомагає герою впоратися з проблемою. Завдання: «І тут на допомогу Зайчику прийшла Мудра Сова. Що вона могла йому порадити? Яким чарівним предметом вона могла б поділитися?». Мета: Надати дитині ресурс, показати можливі шляхи вирішення проблеми, навчити звертатися за допомогою.
- «Що б зробив герой?». Дорослий зупиняє сюжет у проблемний момент і запитує дитину, як би вона або лялька вчинили далі. Завдання: «І ось Колобок зустрів Лисичку. Що б він зробив далі? А ти, що б ти порадив Колобку?». Мета: Розвиток критичного мислення, пошук альтернативних рішень, активація власного досвіду дитини.
- «Зміна сюжету/фіналу». Запропонувати дитині змінити хід подій або придумати інший фінал казки/історії. Завдання: «А що, якби Вовк у казці про Червону Шапочку був добрим? Як тоді закінчилася б історія? Або, якби у Мишенятка з'явився чарівний ліхтарик, який би розігнав усі тіні?». Мета: Розвиток креативності, гнучкості мислення, вміння впливати на ситуацію, пошук позитивних рішень.
- «Репетиція поведінки». За допомогою ляльок програватимуться ситуації, в яких дитина відчуває труднощі, щоб «відрепетирувати» нову, бажану поведінку. Приклад: «Давай пограємо, як лялька йде в дитячий садок. Що вона робить, коли мама йде? Як вона вітається з дітками? Як вона просить іграшку?». Мета: Засвоєння нових поведінкових патернів, зниження тривоги перед реальною ситуацією.

4. Прийоми, спрямовані на закріплення та інтеграцію

- «Лялька–оберіг/лялька–друг». Дитина обирає або створює ляльку, яка стане її «оберегом»,

«другом», що допомагатиме їй у реальному житті. Завдання: «Ця лялька буде нагадувати тобі про твою сміливість/доброту. Ти можеш взяти її додому, і вона буде твоїм другом». Мета: Закріплення позитивного досвіду, перенесення отриманих навичок у реальне життя.

- «Лялька–показник». Лялька може бути використана як «сигналізатор» для дитини та дорослого. Завдання: «Коли ти відчуваєш, що починаєш сердитися, можеш взяти цього Колючого Їжачка і показати мені, що йому потрібна допомога». Мета: Допомогти дитині розпізнавати свої емоції та сигнали тіла, звертатися за допомогою.
- Малювання/ліплення «лялькової» історії. Після гри з ляльками дитина відображає сюжет або емоції через малювання чи ліплення. Завдання: «Намалюй найцікавіший момент, який стався з ляльками. Або зліпи героя, який впорався зі своїм страхом». Мета: Додатковий канал для відреагування емоцій, закріплення досвіду, розвиток творчості.
- Вигадування продовження / власної історії з ляльками. Заохочення дитини до створення власної історії з ляльками, що дозволяє їй інтегрувати новий досвід та проявити креативність. Приклад: «А що, якби ці ляльки вирушили у нову пригоду? Придумай їй сам!». Мета: Розвиток уяви, зв'язного мовлення, здатності до самостійного вирішення проблем.

Матеріали, що використовуються: папір, картон, тканина, нитки, пластилін, глина, природні матеріали (шишки, жолуді, гілочки), клей, ножиці, фарби.

3. Розігрування казок та історій. Використання сюжетів відомих казок, оповідань або спеціально розроблених терапевтичних історій для програвання за допомогою ляльок. Це дозволяє дитині ідентифікувати себе з героями, опрацьовувати конфлікти та знаходити рішення.

- «Театр–експромт»: педагог читає казку, а діти одразу інсценують її, використовуючи ляльок. Приклад: читання казки «Ріпка». Діти по черзі беруть ляльок і «витягують» ріпку.
- «Казка–переробка»: зміна сюжету відомої казки для пошуку нових, позитивних рішень. Приклад: «А що, якби Вовк у казці про Червону Шапочку став добрим і не з'їв бабусю? Як би тоді закінчилася казка?»
- «Продовжи казку»: педагог починає історію, а дитина з ляльками продовжує її. Приклад: «Жила–була маленька дівчинка (бере ляльку). Одного разу вона загубилася в лісі...» (Дитина продовжує історію, використовуючи інших ляльок).
- «Казка–рішення»: створення або адаптація казки, де головний герой долає проблему, схожу на ту, що є у дитини. Приклад: дитина боїться спати одна. Створюється казка про маленького зайчика, який також боявся темряви, але потім знайшов чарівний ліхтарик (або друга), і його страх зник.

4. Імпровізація. Спонтанна гра з ляльками без заздалегідь визначеного сюжету або з мінімальним його заданням. Цей метод дозволяє дитині вільно виражати свої думки та почуття, що виникають «тут і зараз».

- «Що роблять ляльки?»: запропонуйте дитині взяти будь–які ляльки і просто подивитися, що вони «хочуть» робити. Приклад: «Візьми цих трьох ляльок і покажи, як вони проводять свій день.»
- «Ляльковий діалог»: дитина веде діалог між двома або більше ляльками. Приклад: «Поговори зі своєю лялькою, ніби ти її найкращий друг. Про що ви говорите?»
- «Гра без правил»: свобода дій, де немає «правильних» чи «неправильних» рішень, що сприяє розкутості та творчості. Приклад: «Сьогодні ляльки можуть робити все, що завгодно. Немає жодних заборон!»

5. Ляльковий театр. Організація повноцінних або міні–вистав з використанням різних видів ляльок (пальчиковий, рукавичковий, настільний, тіньовий театр). Дитина може бути як пасивним спостерігачем (глядачем), так і активним учасником (актором).

- «Вистава для глядачів»: діти готують і показують виставу для інших дітей або дорослих. Приклад: група дітей готує виставу за мотивами казки «Троє поросят» з рукавичковими ляльками.
- «Вистава–імпровізація»: діти виходять з ляльками і просто починають діяти, створюючи сюжет на ходу. Приклад: педагог дає завдання: «Сьогодні ляльки опинилися на острові скарбів. Що вони там знайдуть?»

- «Лялька за ширмою»: допомагає дитині розкритися, почуватися в безпеці, не бачачи прямої реакції глядачів. Приклад: сором'язлива дитина за ширмою керує лялькою, яка промовляє репліки, які їй було важко вимовити напругу.

6. Використання ляльок для діагностики та корекції. Цілеспрямоване застосування ляльок для виявлення прихованих проблем, емоційних станів, а також для їх подальшого опрацювання та корекції.

- «Обери ляльку»: запропонуйте дитині обрати ляльку, яка, на її думку, схожа на члена її родини, або ляльку, яка їй не подобається. Приклад: «Вибери ляльку, яка схожа на твою маму/тата/сестру. Розкажи про неї.»
- «Композиція з ляльок»: запропонуйте дитині створити композицію з ляльок, що відображає її сім'ю, групу в дитячому садку або будь-яку проблемну ситуацію. Приклад: «Розстав ляльок так, як вони стоять у твоєму світі / як почуваються члени твоєї родини.»
- «Завершення конфлікту»: програвання конфліктної ситуації між ляльками з пошуком позитивного завершення. Приклад: дві ляльки сваряться за іграшку. Дитина має знайти спосіб, як їх примирити або як вони можуть поділитися.
- «Лялька–трансформація»: перетворення «поганої» або «страшної» ляльки на «добру» або «безпечну» через зміну її вигляду чи ігрового сюжету. Приклад: лялька, що уособлює страх, змінює колір, риси обличчя, стає меншою або просто зникає в процесі гри.

Ефективність лялькотерапії значною мірою залежить від творчості, емпатії та професіоналізму педагога чи психолога, який вміє чути дитину, слідувати за її потребами та гнучко використовувати різні методи та прийоми.

Методичні аспекти лялькотерапії з дітьми

Організація та проведення лялькотерапевтичних занять з дітьми вимагає від фахівця ретельної підготовки, розуміння психологічних особливостей дітей дошкільного віку та вміння створити безпечне, підтримуюче та стимулююче до творчості середовище. Ефективність лялькотерапії значною мірою залежить від продуманості кожного етапу заняття та професіоналізму педагога.

1. Вимоги до приміщення та обладнання

Створення відповідного простору є першим кроком до успішного заняття.

- Приміщення:
 - Безпека та комфорт: Простір має бути чистим, добре освітленим, провітрюваним, без гострих кутів та предметів, що можуть становити небезпеку.
 - Простір для руху: Достатньо місця для вільного пересування дітей та їхніх ляльок, організації лялькового театру.
 - Приватність: Забезпечення відсутності сторонніх осіб, що може відволікати або бентежити дітей.
 - Нейтральність: Бажано, щоб приміщення не було перенасичене яскравими, відволікаючими елементами.
- Обладнання:
 - Ляльки: Різноманітний асортимент різних видів ляльок (пальчикові, рукавичкові, ганчіркові, пупси, м'які іграшки, саморобні ляльки) для вільного вибору дитини. Ляльки мають бути чистими та в хорошому стані.
 - Матеріали для виготовлення ляльок: Пластилін, глина, тісто, папір, картон, тканини, нитки, гудзики, природні матеріали (шишки, жолуді, гілочки, листя). Це стимулює творчість і дає можливість дитині створити власну ляльку–проекцію.
 - Ширма для лялькового театру: Бажано мати розбірну ширму, яка створює відчуття «сцени» та дозволяє дитині відчувати себе більш захищено.
 - Музичний супровід: Заспокійлива або активізуюча музика, що відповідає темі заняття, допомагає створити потрібну атмосферу.
 - Додаткові матеріали: Декорації (набір кубиків, елементи для створення «будинків», «лісу»), предмети–замінники, подушки, килимки для створення затишку.
 - Вода та серветки: Для гігієни після роботи з пластиліном, глиною, фарбами.

2. Роль дорослого (педагога). Роль дорослого в лялькотерапії є ключовою і вимагає

від нього особливих навичок:

- Спостерігач та фасилітатор: Уважно спостерігати за грою дитини, її вибором ляльок, сюжетами, які вона розіграє, невербальними сигналами (міміка, жести, поза). Втручатися м'яко, лише за потребою, щоб допомогти дитині розкритися або розвинути сюжет.
- Емпатійний слухач: Уміння слухати дитину без оцінки, з розумінням та прийняттям її почуттів.
- Модератор діалогу: Допомогати дитині вербалізувати те, що відбувається в грі, ставити відкриті запитання, що спонукають до роздумів, а не до коротких відповідей. *Приклад:* Замість «Ти злишся?» запитати: «Що відчуває ця лялька?», «Що вона хотіла б зробити?»
- Співгравець: Дорослий може брати на себе роль іншої ляльки (нейтральної або тієї, що викликає довіру), щоб допомогти дитині розіграти ситуацію, промодельовати бажану поведінку, або створити діалог. Важливо не домінувати в грі.
- Тлумач (за потреби): Обережно допомагати дитині інтерпретувати символічний зміст її гри, пов'язувати його з реальними переживаннями, але лише тоді, коли дитина готова до цього.
- Гнучкість та креативність: Бути готовим змінювати план заняття відповідно до інтересів та потреб дитини, імпровізувати, пропонувати нові ідеї.

Етапи лялькотерапевтичного заняття

Хоча кожне заняття може мати свою специфіку, існує загальна структура, яка забезпечує його послідовність та ефективність.

1. Підготовчий етап (налаштування, створення атмосфери):

- Мета: Створити атмосферу довіри, безпеки, зацікавленості та психологічної готовності до роботи.
- Дії:
 - Вітання: Тепле, індивідуальне вітання кожної дитини.
 - Ритуал початку: Можна використовувати спеціальну пісеньку, лічилку, віршик або «привітання ляльок», що позначає початок «чарівного» часу.
 - Введення в тему: Загадка, короткий віршик, пісня або проблемна ситуація, що зацікавить дітей і підведе до теми заняття.
 - Вибір ляльок: Запропонувати дітям обрати «свою» ляльку для сьогоднішнього заняття.

Приклад: Діти сідають у коло. Педагог: «Привіт, діти! Сьогодні до нас у гості завітала ось ця чарівна лялька (показує ляльку). Вона хоче з вами познайомитися і дізнатися, що цікавого з вами сталося сьогодні. Подивіться, скільки тут різних ляльок, оберіть ту, яка вам найбільше подобається сьогодні.»

2. Основний етап (терапевтична взаємодія):

- Мета: Реалізація терапевтичних завдань заняття через ігрові та творчі дії з ляльками. Це основний етап, де застосовуються конкретні техніки.
- Дії:
 - Гра-імпровізація або сюжетна гра: Заохочення дітей до вільної гри з ляльками або до розігрування заданого сюжету (казки, історії).
 - Використання технік лялькотерапії: (Див. попередній розділ «Техніки лялькотерапії»). Це може бути створення ляльок, ляльковий діалог, розігрування проблемних ситуацій тощо.
 - Стимуляція емоційного вираження: Заохочення дітей до вираження почуттів ляльками, проговорювання емоцій.
 - Розвиток комунікативних навичок: Організація діалогів між ляльками, спільна гра.
 - Корекція поведінки: Програвання бажаної поведінки через ляльок, пошук альтернативних рішень.

Приклад: Заняття з подолання страху темряви. Діти створюють своїх «монстрів» з пластиліну (техніка «Лялька-Страх»). Потім, за допомогою «ляльки-Героя» (техніка «Лялька-Ресурс»), вони програють сценарії, де «монстр» стає меншим, добрішим, або зникає, коли його

обіймають.

3. Завершальний етап (рефлексія, «вихід з гри»):

- Мета: Допомогти дитині вийти з ігрового образу, усвідомити отриманий досвід, закріпити позитивні емоції.
- Дії:
 - Обговорення: Запитання до дітей: «Що сьогодні сподобалося?», «Що нового дізналася твоя лялька?», «Що ти відчував, коли грався з лялькою?»
 - Малювання або ліплення: Запропонувати дітям намалювати або зліпити те, що найбільше запам'яталося, або свій настрій після заняття.
 - Ритуал завершення: Спеціальна пісенька, прощання з ляльками або «обіймашки» з ними.
 - Прибирання: Спільне прибирання матеріалів та ляльок, що також має психологічний аспект завершення процесу.

Приклад: Педагог: «Наші ляльки сьогодні багато гралися і дещо дізналися. Що найцікавіше сталося з твоєю лялькою сьогодні? Що ти відчував, коли допомагав своїй ляльці бути сміливою?» Діти по черзі діляться враженнями, складають ляльок на місце.

4. Додаткові методичні прийоми

- Вербалізація емоцій: Допомогати дитині називати емоції, які переживають ляльки: «Ця лялька зараз сумна?», «Чому ця лялька сердиться?»
- Моделювання альтернативної поведінки: Якщо лялька «застрягла» в негативній поведінці, терапевт може через свою ляльку запропонувати інший варіант поведінки або вирішення проблеми.
- Запитання «Що б було, якби...?»: Стимулювання критичного мислення та пошуку рішень.
- Спільне створення ляльки: Процес виготовлення ляльки з підручних матеріалів може сам по собі бути терапевтичним, дозволяючи дитині вкласти в ляльку свої ідеї та почуття.
- Підтримка та заохочення: Постійно підтримувати дитину, відзначати її зусилля, креативність та готовність до вираження емоцій.
- Адаптація до віку та можливостей дитини: Спрощувати завдання, тривалість, мову залежно від віку, рівня розвитку та особливостей дитини (наприклад, для дітей з ООП).

Дотримання цих методичних аспектів дозволяє забезпечити ефективність лялькотерапії, перетворюючи її на потужний інструмент для емоційного розвитку, корекції поведінки та подолання психологічних труднощів у дошкільнят.

Процес створення ляльок також має корекційний характер і складається з двох етапів:

1. Виготовлення ляльок. Занурюючись у процес створення ляльок, діти стають більш спокійними та врівноваженими. Під час цієї діяльності у них розвиваються довільні психічні процеси, покращується здатність концентрувати увагу, зростає витривалість, а також розвивається уява.
2. Використання створених ляльок для вираження важливих емоційних переживань.

Драматерапія у роботі з дітьми дошкільного віку

Драматерапія – це напрямок арт-терапії, який застосовує елементи театру, драми, рольових ігор та інсценування з метою терапевтичного та розвитку дитячої особистості. Для дошкільнят цей метод особливо ефективний, адже гра та імітація є провідними видами діяльності у цьому віці.

Вихователі використовують драматерапію для:

- Визначення емоційного стану дитини;
- Навчання розпізнавати та розуміти власні емоції й емоції інших, а також підтримки у подоланні стресових ситуацій;
- Залучення дітей до участі в сюжетно-рольових іграх та драматичних постановках за мотивами казок, фольклору чи поетичних творів;
- Ознайомлення з базовими знаннями про театр, його види та особливості;
- Формування вмінь оцінювати власні дії та поведінку однолітків, порівнювати їх із

- вчинками персонажів вистав, наслідувати позитивні приклади, розвивати співчуття;
- Удосконалення артистичних здібностей і виконавських навичок малих акторів;
- Навчання застосовувати художньо–виразні засоби, такі як інтонація, міміка, пантоміма.

Крім того, драматерапія сприяє безпечному вираженню емоцій, дослідженню соціальних ролей, розвитку комунікативних навичок та вирішенню внутрішніх конфліктів у дітей.

Основна *ідея драмотерапії* полягає в тому, що діти через програвання ролей та створення ігрових ситуацій можуть:

1. Проектувати свій внутрішній світ: Діти часто не можуть вербалізувати свої почуття та переживання. Драма дозволяє їм «прожити» ці емоції через дію та образи.
2. Безпечно експериментувати з поведінкою: В ігровому просторі дитина може «приміряти» різні моделі поведінки, не боячись реальних наслідків. Це допомагає знайти нові способи реагування на складні ситуації.
3. Проявляти емоції: Активне фізичне та емоційне залучення в роль дозволяє «виплеснути» накопичену напругу, агресію, страх або смуток у прийнятній формі.
4. Розвивати емпатію: Граючи ролі різних персонажів, дитина вчиться ставити себе на їхнє місце, розуміти їхні почуття та мотиви.
5. Формувати соціальні навички: Взаємодія з іншими «акторами» під час гри розвиває навички співпраці, вирішення конфліктів, ведення діалогу, дотримання правил.
6. Зміцнювати самооцінку: Успішне виконання ролі, визнання з боку однолітків та дорослих сприяє зростанню впевненості у собі та своїх силах.

Драматерапія може бути як вільною імпровізацією, так і структурованою роботою за сценарієм. Вона тісно пов'язана з ігротерапією та лялькотерапією, часто використовуючи їх елементи.

Техніки та прийоми драмотерапії у роботі з дітьми

«Гра в ролі». Суть: Дітям пропонується уявити себе певним персонажем (твариною, героєм казки, дорослим) та діяти відповідно до цієї ролі. Приклад: «Уяви, що ти сміливий лев. Як ти ходиш? Як ти ричиш? А тепер ти маленький зайчик. Як ти ховаєшся від лева?» Це допомагає дітям досліджувати різні емоції та реакції.

«Відтворення ситуацій». Суть: Програвання реальних або вигаданих ситуацій, які можуть викликати у дитини емоційні труднощі або вимагають відпрацювання соціальних навичок. Приклад: Дитина соромиться просити іграшку в іншого. Педагог пропонує розіграти ситуацію: «Ось іграшка, а ось дівчинка. Що скаже дівчинка, щоб взяти іграшку?» Після гри обговорюється, що було ефективно.

«Імпровізація». Суть: Спонтанна гра без заздалегідь визначеного сценарію. Педагог може задати лише загальну тему або початок історії. Приклад: «Наші звірята потрапили на чарівну галявину. Що там сталося? Що вони робили?» Діти вільно вигадують сюжет, розвивають його, взаємодіють між собою.

«Створення казки/історії». Суть: Колективне або індивідуальне створення нової казки чи оповідання, де кожен учасник додає свою частину, а потім історія розігрується. Приклад: «Жив–був маленький їжачок. Одного разу він пішов до лісу...» (одна дитина продовжує, потім наступна). Після створення історії її можна розіграти.

«Театр–пантоміма». Суть: Вираження сюжету або емоцій без слів, за допомогою рухів, жестів, міміки. Приклад: «Покажи, як злий ведмедик хоче з'їсти мед», «А тепер покажи, як тихесенько крадеться лисичка». Це розвиває невербальну комунікацію та емоційний інтелект.

«Використання атрибутів та костюмів». Суть: Включення в гру елементів костюмів (шапки, маски, елементи одягу), предметів–замінників, декорацій. Приклад: Використання «корони» для ролі короля, «чарівної палички» для феї, «шматочка тканини» як річки. Це допомагає дітям краще зануритися в образ.

«Ляльковий театр як елемент драмотерапії». Суть: Використання ляльок (пальчикових, рукавичкових, тіньових) для розігрування сценаріїв. Лялька стає «маскою», за якою дитина може приховати свою сором'язливість і впевненіше виражати себе. Приклад: Діти за ширмою розігрують казку «Теремок» за допомогою рукавичкових ляльок. Це дозволяє їм

тренувати діалоги та взаємодію.

Драматерапія є багатогранним та гнучким методом, який дозволяє педагогам та психологам ефективно працювати з дітьми дошкільного віку, сприяючи їхньому гармонійному розвитку та подоланню психологічних труднощів через природну для них діяльність – гру.

Послідовність включення дітей в процес драматерапії

Перший блок «Що таке театр. Спочатку діти знайомляться з історією театру та професіями людей, які в ньому працюють. Це допомагає підготувати їх до занять із використанням елементів драматерапії. Діти із зацікавленістю слухають розповіді про різні види театру та розглядають ілюстрації. Після ознайомлення з наочними матеріалами маленьким акторам пропонують дидактичні ігри, що знайомлять з основами театрального мистецтва. Наприклад, у грі «Галерея характерів» кожен учасник отримує театральну ляльку і за допомогою ляльководіння та мовної виразності створює для неї унікальний «характер». Після створення образів вихователь запрошує дітей до спільної лялькової гри.

Другий блок «Чарівний світ емоцій». Цей блок включає ігри та етюди, що допомагають дітям ознайомитись із основними людськими емоціями як засобом краще розуміти одне одного. Для кращого засвоєння матеріалу та розвитку навичок вираження емоцій проводять відповідні ігри. Наприклад, у вправі «Зайчєня в телевізорі» вихователь створює сюжет: утікаючи від вовка, зайчєня ховається в теледательє, де багато телевізорів, деякі без екранів. Зайчєня залазить у порожній корпус і повторює дії зайця на екрані. Вихователь грає зайця–еталон, виражаючи різні емоції – здивування, радість, гнів, страх, – а діти копіюють його дії. Управитель добирає ситуації, які діти «пропускають через себе», а потім діляться враженнями про викликані емоції. Такий підхід сприяє корекції поведінки, розвитку відкритості, чутливості та розуміння почуттів інших.

Третій блок «Можливості мого тіла». Театральне мистецтво вимагає від акторів удосконалення фізичних можливостей, адже тіло є їхнім основним інструментом. У цьому блоці використовують ігри та вправи для розвитку мовного апарату, різних груп м'язів, дихання тощо. Наприклад, вправа для розвитку дихання: діти стрибають, одночасно вимовляючи звуки, склади або рядки віршика, запропоновані вихователем. Важливо, щоб дихання і мовлення були природними, скоординованими з рухами. Під час стрибків слід стежити за плавним видихом, рівним звучанням голосу та чіткою вимовою. Цей блок також містить ігри на розвиток виразності мовлення. Робота над виразністю реплік активізує словниковий запас і покращує звукову культуру мовлення. Особливо важливо, щоб маленький актор у діалозі з іншим персонажем висловлювався чітко і зрозуміло. Такі ігри сприяють розвитку імпровізації та комунікативних навичок.

Гра «Раз собі, два – сусіду». Для гри потрібен будь-який предмет, наприклад, м'яч. Діти стають у коло на відстані витягнутої руки одне від одного. Перший гравець притискає м'яч і промовляє: «Раз собі», потім передає м'яч наступному зі словами: «Два – сусідові». Так передача відбувається по колу, слова вимовляють чітко і в ритмі, рухи відповідають тексту. Гру можна зробити музичною – додати просту мелодію або співати, а також ускладнити, використавши два м'ячі, які передаються синхронно.

Особливе значення у драматерапії мають творчі ігри зі словами, вправи на дикцію, інтонацію, пальчикові ігри, а також ігри з ритмопластики, які допомагають розслабити тіло, відчувати його можливості, розвинути виразність рухів і зняти м'язове напруження.

Заняття драматерапії з дітьми

Отже, елементи драматерапії впроваджуємо в освітній процес дітей комплексно. Спершу вихователь розробляє тематичний план освітньої взаємодії з дітьми. Потім разом із практичним психологом обговорює, які ігри та вправи слід організувати в межах кожної теми, враховуючи потреби вихованців. Окремі вправи та ігри інтегруємо у святкові заходи, розваги, самостійну діяльність дітей, гурткові заняття тощо. Також плануємо сюжетні заняття з елементами драматерапії, спрямовані на психологічну підтримку та розвиток умінь проживати певні емоції. Такі заняття проводимо як з усією групою, так і в підгрупах або індивідуально. Фронтальні та підгрупові заняття зазвичай мають сталу структуру, проте за потреби її

коригуємо відповідно до головної мети взаємодії з дітьми. Тривалість кожного заняття визначаємо з урахуванням вікових і індивідуальних особливостей вихованців.

Насамперед обираємо художній текст для драматизації. Здебільшого використовуємо короткі поетичні жанри українського фольклору – потішки, забавлянки, віршики, пісні, заклички, мирилки. Дошкільники швидко запам'ятовують їх і добре розуміють зміст. У роботі застосовуємо як звичайні літературні твори для дітей, так і терапевтичні казки з книги Ельжбети Снежковської–Беляк «У саду пана Ружички», де описуються світ дитячих емоцій і конкретні проблеми, з якими можуть стикатися дошкільнята. Ці твори допомагають підтримати дітей і створити відчуття безпеки.

Перший етап заняття присвячений ознайомленню з текстом для драматизації. Вихователь виразно читає чи розповідає текст або вмикає аудіозапис. Щоб діти краще сприймали зміст і послідовність подій, використовуємо відеопрезентації. Для кращого запам'ятовування послідовності та дій персонажів застосовуємо різні види переказу, бесіди за змістом твору, а також вправи для аналізу зовнішніх проявів емоцій героїв. Для розуміння емоцій персонажів показуємо ілюстрації та фотографії з зображенням людей і казкових героїв у різних емоційних станах. Після їх розгляду ставимо запитання: «Як плаче чи сміється зайчик?», «Який настрій у хлопчика/дівчинки?», «Як ти це зрозумів?», «Що свідчить про це вираз обличчя чи поза персонажа?» тощо.

Другий етап включає ігри та вправи, які сприяють розвитку уяви і збагаченню емоційного досвіду дітей. Вони допомагають уникнути монотонності в мовленні – діти запам'ятовують текст з розумінням почуттів персонажа і відповідно відтворюють їх. Наприклад, у грі «Олень» вихователь пропонує дітям «зігріти» іграшкового оленя, наголошуючи, що це можна зробити не тільки дотиком, а й м'яким словом. Інтонації мають бути ніжними, ніби гладимо тварину, яка замерзла в зимовому лісі. Для більшої зацікавленості діти можуть самі виготовити ляльку–тваринку, а потім за допомогою рухів і інтонації надати їй характер і емоції. Це допомагає краще зрозуміти ставлення до персонажа і його потреби.

На третьому етапі робота спрямована на практичне засвоєння різних засобів виразності. Діти виконують творчі завдання, де за допомогою жестів, міміки і мовленнєвих шаблонів потрібно передати емоції персонажа. Також пропонуємо інсценувати фрагменти літературного твору, під час яких кожен учасник самостійно підбирає засоби виразності для передачі характеру та емоційного стану свого героя.

Драматерапія в закладі дошкільної освіти неможлива без спеціальних атрибутів, адже театр передбачає наявність сцени, декорацій, костюмів та реквізиту. У куточку театралізованої діяльності представлені різні види театрів: ляльковий «бі–ба–бо», пальчиковий, тіньовий, настільний, конусний; театр помпонів, коробок, ложок; театр на паличках, маріонеток тощо. Також тут є реквізити для розігрування інсценівок і вистав – ширми, костюми, маски, ігрові предмети.

Діти із задоволенням беруть участь у театральних іграх і охоче виконують ролі працівників театру. Кожна ігрова роль передбачає використання відповідних атрибутів, зокрема:

- актор – костюми, маски, ляльки, театральний реквізит, грим;
- режисер – декорації, матеріали для виготовлення театральних атрибутів, книги, аудіозаписи;
- білетер – афіші, театральна каса, квитки, біноклі, гроші, реквізити для буфету;
- художник–оформлювач – кольоровий папір, клей, фломастери, фарби, тканина, нитки, гудзики, коробки.

Принципи організації театралізованої діяльності

Принцип гуманізації – педагог повинен вміти поставити себе на місце дитини, враховувати її точку зору, не ігнорувати почуття і емоції, бачити в ній повноправного партнера та орієнтуватися на загальнолюдські цінності.

Принцип диференціації – створення оптимальних умов для самореалізації кожної дитини у музично–театралізованій діяльності з урахуванням віку, статі, досвіду, а також

емоційних і пізнавальних особливостей.

Принцип інтегративності – інтеграція різних видів мистецтва (музики, літератури, живопису, поезії) у педагогічний процес для забезпечення емоційного благополуччя дитини, розвитку її творчості і формування індивідуальності. Це проявляється у поєднанні музикування, малювання, ліплення, аплікації, міміки та пантоміми.

Принцип змістовності – заняття повинні бути змістовними, з різноманітною тематикою і методами роботи.

Принцип систематичності – театралізовані та музично–театралізовані вправи мають щоденно входити у різні форми організації освітнього процесу, ставши настільки ж необхідними, як дидактичні та сюжетно–рольові ігри.

Принцип дитячої активності – акцент на максимальній залученості дітей на всіх етапах підготовки і проведення ігор. Завдяки цьому театралізована діяльність проходить активніше і продуктивніше, діти не втомлюються, оскільки займаються цікавою, а не важкою роботою.

Принцип співпраці – взаємодія дітей між собою та з дорослими.

Принцип професійної компетентності – «Все, що ми робимо – робимо професійно!» – основний девіз цього принципу. Підготовленість і зацікавленість педагога є ключовими. Всі ігри і вправи мають бути підібрані таким чином, щоб вдало поєднувати рухи, мову, міміку, пантоміму у різних варіаціях.

Організація театралізованої діяльності дошкільників

Театр – один із найяскравіших і найемоційніших засобів, що формують у дитини естетичний смак. Він впливає на уяву малюка за допомогою слова, дії, образотворчого мистецтва та музики. Театр є одним із найбільш демократичних видів мистецтва для дітей, оскільки дозволяє розв'язати багато актуальних завдань сучасної педагогіки та психології, пов'язаних з художньою освітою і вихованням, зокрема:

- формування естетичного смаку;
- моральне виховання;
- розвиток комунікативних навичок особистості;
- виховання волі, розвиток пам'яті, уяви, ініціативності, фантазії, мовлення (діалогічного та монологічного);
- створення позитивного емоційного настрою, зняття напруження, розв'язання конфліктних ситуацій через гру.

Найважливішим у дитячому творчому театрі є сам процес репетицій – творче переживання і втілення образу, а не кінцевий результат. Саме під час роботи над образом формується особистість дитини, розвивається символічне мислення та емоційний контроль. Відбувається засвоєння соціальних норм поведінки і формування вищих довільних психічних функцій. Акторська діяльність – це своєрідна творчість психофізіологічних станів людини.

Театралізована діяльність включає різні театральні ігри: режисерські вправи, драматизації, імпровізації, інсценізації літературних творів у рамках літературних свят, концертів, дитячих вистав тощо. Завдяки цій діяльності розвивається фантазія дошкільнят, у їхній уяві постають яскраві образи літературних героїв.

Театралізована діяльність приносить велику користь естетичному та духовному вихованню, формуванню характеру дитини, прищепленню їй найкращих рис і допомагає утвердитися у суспільстві.

По–перше, це справжнє свято – яскраві вогні рампи, оплески, привітання, усмішки, побажання, квіти.

По–друге, вона сприяє розвитку пізнавальних інтересів, удосконаленню психічних процесів, розширенню світогляду та мовленнєвого спілкування.

По–третє, театр допомагає усвідомити власне «Я» і дає можливість самовираження. Тут формуються особистісні та моральні якості, подолання недоліків; сором'язливі та невпевнені в собі діти знімають нервові напруження, долають сумніви і набувають віри у власні сили, а невгамовних і неорганізованих навчають витримки.

По–четверте, театр забезпечує високий рівень естетичного виховання, поєднуючи

вплив музики, танцю, пластики, мовлення та образотворчого мистецтва. Він позитивно впливає на емоційну сферу дитини, акумулює життєву мудрість, оптимізм і життєву енергію.

Важливим для організації театралізованої діяльності та керівництва нею є чітке визначення змісту, функціонального призначення та специфіки мовленнєвих завдань кожного її виду.

Види театралізованої діяльності дітей

За дослідженнями І. Кондратця, театралізовану діяльність можна класифікувати за такими ознаками:

1. За способом організації:

- індивідуальні ігри;
- парні ігри;
- групові ігри;
- колективні ігри.

2. За змістом театралізованої діяльності:

- пантомімічні етюди;
- інтонаційні етюди;
- інсценування літературних творів.

3. За наявністю матеріалу:

- без матеріалів;
- костюмовані;
- імітаційні (наприклад, пальчиковий театр, театр долоньок);
- атрибуtnі (театр ляльок, театр іграшок, театр пляшок, театр ложок, театр склянок, театр шкарпеток, театр рукавичок тощо).

Однією з ключових складових театралізованої діяльності є *театралізована гра*. У багатьох дослідженнях ігри класифікують за способом реалізації сюжету на:

- *Непредметні ігри (ігри–драматизації)* – діти безпосередньо перебувають у ролі персонажів, виконуючи обрану роль власними діями.
- *Предметні ігри (ігри–інсценізації)* – діючими особами є предмети (ляльки, іграшки настільного чи пальчикового театру тощо).

Гра–драматизація – це синтетичний вид діяльності дошкільників, що можливий за умови міцних знань літературного твору, навичок виразного читання, вміння адекватно рухатись, користуватися мімікою і жестами, а також створювати ігрове середовище з необхідними атрибутами.

Ігри–драматизації – це відтворення сюжету літературного твору через власні дії дітей, що виконують ролі, із застосуванням засобів виразності: інтонації, міміки, пантоміми. Вони базуються на особистих діях виконавців.

Особливість кожного образу у драматизації казок чи авторських творів полягає в поєднанні типової і індивідуальної характеристик. Формування уміння виділяти характерні риси персонажів відбувається через накопичення знань про тварин, професії, природу. Завдяки цьому діти легко відтворюють рухи та поведінку різних істот.

Ігри–драматизації мають головні риси творчості: наявність задуму, спільних рольових і реальних подій, а також самостійність і самоорганізацію дітей.

Дітей приваблює можливість зображувати у грі сміливих, сильних, добрих персонажів. Деякі літературні герої з'являються навіть у самостійних іграх дітей молодших груп.

Ігри–драматизації поділяються за способами зображення:

- драматизації з пальчиками;
- драматизація як гра самої дитини;
- імпровізація – створення образу на задану або обрану тему за допомогою висловів, міміки, пантоміми.

Ігри–інсценізації – це всі види театрів, де дитина не виступає як дійова особа, а керує персонажами через іграшки, створюючи сцени і ролі.

Різновиди ігор–інсценізацій:

1. Настільні театралізовані ігри.

2. Стендові театралізовані ігри.
3. Лялькові театри.
4. Театри з використанням залишкових матеріалів.

До цієї категорії належать:

Театр іграшок. У цьому виді театру використовують різноманітні іграшки – як фабричні, так і виготовлені власноруч, з природних або інших матеріалів. Важливо не обмежувати фантазію дітей, головне, щоб іграшки та поробки були стійкими і могли надійно стояти на столі, не заважаючи рухам під час гри.



Рисунок 1. Театр іграшок



Рисунок 2. Театр іграшок

Театр картинок. Всі картинки – як персонажі, так і декорації – мають бути двосторонніми, щоб можна було повертати їх під час гри. Для того, щоб фігурки не падали, використовуються опори, які можуть бути різними за формою, але обов'язково достатньо стійкими. Це досягається правильним співвідношенням ваги або площі опори до висоти картинки: чим вище фігурка, тим ширшою або важчою має бути її основа.

Дії іграшок і картинок у настільному театрі мають певні обмеження. Часто застосовують декорації – наприклад, 2–3 деревця для зображення лісу або зелена тканина як галявина.



Рисунок 3. Театр картинок



Рисунок 4. Театр картинок



Рисунок 1. Театр картинок

Стендові театралізовані ігри. До них належать: *Стенд-книжка*. Використовується для ігор на тему подорожей або інших сюжетів, де важливо показати послідовність подій. Це досягається за допомогою ілюстрацій, що поступово змінюють одна одну, створюючи ефект

руху та динаміки.



Рисунок 2. Стенд-книжка



Рисунок 3. Стенд-книжка

Закріплюють на нижній частині дощечки. На верхній розміщується транспорт, яким відбувається подорож. Під час руху транспорту ведучий перегортає сторінки стенд-книжки, демонструючи різні сюжети та зустрічі, що трапляються на шляху.

Фланелеграф – картинки показують на спеціальному екрані. Вони утримуються завдяки фланелі, якою натягнутий екран і з якою зчіпляється зворотній бік картинок. Замість фланелі на картинки можна приклеювати шматочки наждачного паперу. Малюнки для фланелеграфа доцільно підбирати разом із дітьми – це викликає у них велике захоплення. Можна також використовувати природні матеріали.

Різноманітні за формою екрани дозволяють створювати «живі» картини, які зручно демонструвати всій групі дітей. Цей вид ігор дає змогу відтворювати масові сцени, наприклад, «переліт птахів».



Рисунок 4. Театр на фланеграфі

Тіньовий театр передбачає використання екрана з напівпрозорого паперу, на якому відображаються чітко вирізані чорні плоскі силуети персонажів. За екраном розташовується яскраве джерело світла, яке створює чіткі тіні цих фігур. Особливо цікаві образи можна створювати за допомогою пальців рук – наприклад, зобразити гусака, зайця чи сердитого індики.

Важливо супроводжувати показ звуковим оформленням для кращого сприйняття сцени. Щоб одночасно демонструвати кілька персонажів, внизу екрану встановлюють планку для кріплення фігур. Розміщувати їх слід ближче до низу екрана, щоб тіні були яскравішими і чіткішими.

Тіньовий театр є чудовим засобом для творчого дозвілля дітей.



Рисунок 5. Театр тіней

Пальчиковий театр – це розважальні ігри, казки та різні інсценізації, які супроводжуються показом маленьких ляльок, що одягаються на пальці. Кожна лялька уособлює персонажа, зображеного на руці. Під час гри дитина рухає одним або двома пальцями, проговорюючи текст і переміщуючись за ширмою. Можна обійтися й без ширми, вільно зображуючи дії, рухаючись по кімнаті.

За допомогою пальчикового театру можна водночас показувати кілька персонажів. Наприклад, у казках «Ріпка», «Вовк і семеро козенят», «Гуси-лебеді» тощо. Складніші казки та інсценізації з великою кількістю персонажів можуть виконувати двоє-троє дітей, які розміщуються за ширмою.



Рисунок 6. Пальчиковий театр

Ляльковий театр – вистави в цьому жанрі вирізняються вільним поєднанням різних типів ляльок та використанням різноманітних прийомів і засобів, що спрямовані на розкриття унікальності мистецтва театру. Вистава переносить дітей у казковий світ, де фантастичне стає реальним. Діти із захопленням сприймають ляльок, уявляючи їх живими істотами, і з цікавістю спостерігають за їх діями. Вони люблять, коли герої вистави рухаються, говорять, виконують різні рухи – це викликає в них

жваву емоційну реакцію та бажання стати учасниками подій.

Чим старшими стають діти, тим більше їх цікавлять сюжети інсценівок, стосунки між персонажами, їхні успіхи та невдачі. Тому ляльковий театр є не лише розвагою, а й важливим засобом виховання високих моральних якостей і позитивних рис характеру.

До лялькових театрів належать такі:

Театр Бі-ба-бо – це вистави за участю особливих ляльок із порожнистим тулубом (у



вигляді сорочки або рукавички), які надягають на руку. Голова ляльки рухається завдяки рухам пальців і кисті руки ляльководя. Зазвичай ляльки грають за ширмою, за якою ховається виконавець. Якщо лялька завелика для дитячої руки, у голову можна вставити два пальці замість одного. Для зручності слід вкоротити рукава ляльки, щоб дитячі пальці могли легко потрапити у «патронки» рук.



Рисунок 7. Театр маріонеток



Рисунок 8. Театр «Живої руки»

Театр маріонеток – це ляльки, які рухаються за допомогою ниток, прикріплених до всіх рухомих частин персонажа (рук, ніг, голови), і які сходяться вгорі на хрестовині.

Театр естрадної ляльки «Живої руки» – це великі ляльки зростом з людину, пошиті з тканини та набиті ватою або поролоном. Руки і ноги таких ляльок кріпляться до рук і ніг ляльководів за допомогою резинок, а голова рухається рукою дитини. Цей театр також відомий як «*Театр живої руки*».

Існують також театри, що використовують залишкові матеріали.

Театр повітряних кульок – повітряну кульку оздоблюють заготовленими деталями: очима, носом, вухами, бантиками та іншими елементами.



Рисунок 10. Театр повітряних кульок



Рисунок 11. Театр коробок

Театр коробок – це будь-які коробки однакового або різного розміру, які оздоблюють деталями та використовують для розігрування інсценівок. За таким же принципом можна виготовляти ляльок із пластикових пляшок, циліндрів та поролону.

Театр рукавичок – лицьова сторона рукавички (готової або зшитої) оформлюється заготовленими деталями, пришитими до основної тканини. Волосся, вуха, бороду успішно імітують нитки або бахрома. Прикраси, бантики, комірці не повинні перевантажувати образ. Зворотній бік рукавички також декорується деталями, наприклад, хусткою або хвостиком.

Театр-пуф – інсценування творів за допомогою персоніфікованих пуфиків – м'яких подушок-іграшок, що зображують тварин, комах тощо.

Магнітний театр – дітей можна здивувати, якщо пристосувати зроблені ними іграшки для магнітного театру. Для цього до нижніх частин конусів і циліндрів за допомогою паперових смужок прикріплюють металеві шматочки. Металеві деталі можна розміщувати також в отворах катушок. Підставку для показу такого театру роблять із фанери або твердого картону, на який клеять шматок тканини, щоб діти не бачили магніт під підставкою. Підставку можна встановити на край двох зсунених столів, тоді іграшки «ходитимуть» та «бігатимуть».

Методичні аспекти роботи над виставою (репетиційні періоди)

Вихователь проводить роботу над виставою у три етапи: «застільний», «у вигонках» та «на сцені».

«Застільний» етап або робота «за столом». На початковому етапі роботи над п'єсою за столом діти емоційно знайомляться з її змістом. Важливо, щоб дорослий проявляв щире емоційне ставлення до прочитаного, не нав'язуючи власних оцінок чи думок. Потрібно надати дітям можливість самостійно висловлюватися та проявляти емоційну активність. Розглядаючи ілюстрації, особливу увагу слід звертати на емоції персонажів (наприклад, ставити питання: «Що з ним?», «Чому він плаче?»). Вихователь разом із дітьми колективно обговорює образи п'єси, конфлікти, стосунки між героями. Кожна дитина отримує свою роль, при цьому важливо заохотити навіть на другорядні ролі. У цей час діти підбирають інтонації, жести, манеру поведінки персонажів, пробують створювати майбутні сценічні образи, працюють над текстом, вивчаючи слова індивідуально.

Робота «у вигонках». На другому етапі вихователь разом з дітьми розробляє мізансцени, що допомагають краще зрозуміти взаємини героїв. Дошкільники вчаться розташовуватися на сцені у відповідні моменти вистави, спільно перевіряють, чи підходять запропоновані мізансцени, чи дають вони потрібний ефект. Обговорюються також ключові композиційні точки: розстановка меблів, декоративних елементів. Педагог пропонує альтернативні варіанти, що стимулює дітей брати активну участь у створенні композиції, розвиваючи у них відчуття ансамблю та взаємодії з іншими акторами. Важливо пам'ятати, що окрім головних героїв, у виставі беруть участь і діти в масових сценах – їхня присутність важлива на всіх репетиціях, а також для засвоєння сюжету та характерів персонажів. Це формує набір сценічних правил, що допомагають дітям у майбутньому переходити на головні ролі. Вихователь має стежити, щоб активність одних дітей не пригнічувала менш впевнених і не змушувала їх лишатися лише глядачами.

Перед початком кожної репетиції дітям пропонують виконати рухи, пов'язані з образом персонажів, наприклад: «Зайчик стрибає», «Ведмідь їсть мед», «Лисичка причепурюється» тощо. Бажано, щоб діти були в костюмах – протягом кількох репетицій вони «обживають» костюм, вчаться в ньому ходити, сидіти, бігати. Дітям пропонують розігравати ролі перед великим дзеркалом, щоб костюм став для них зручним і природним. Це допомагає під час виступу не відволікатися на незручності, а почуватися впевнено.

Поступово дітей готують до однієї–двох генеральних репетицій із музикою, декораціями та всією атрибутикою. Важливо не проводити забагато репетицій, адже це гра, а не повноцінний театр. І нарешті – прем'єра.

Організація театралізованої діяльності в групі раннього віку. Використовуємо різні види театрів – ляльковий, тіньовий, театр іграшок, фланелеграф, пальчиковий – а також казки. Залучаємо дітей до висловлювань, звуконаслідувань і показу окремих дій. За допомогою вихователя діти беруть участь у інсценуванні добре знайомих казок та оповідань. Створюємо умови для виникнення ігор за мотивами відомих творів дитячої літератури і фольклору. Вчимо дітей супроводжувати ігрові висловлювання відповідними рухами, що допомагають створити виразний образ. Розширюємо словниковий запас, розвиваємо діалогічне мовлення, інтонаційну виразність, уяву та образне мислення. Сприяємо формуванню піднесеного емоційного стану.

Молодша група. Продовжуємо показувати дітям різні види театрів, діафільми та кінофільми – як за змістом знайомих творів, так і нові. Залучаємо вихованців до виконання окремих дій у театралізованих виставах, організовуючи ігри в «Театр». Навчаємо інсценізувати окремі сценки за змістом знайомих художніх творів, казок, а також читати знайомі віршовані твори за ролями. Розвиваємо інтерес до драматичних ігор і бажання виконувати ролі.

Формуємо базові навички володіння мовою жестів, вчимо імітувати рухи людей і тварин, передавати мімікою певні стани персонажів. Привчаємо створювати унікальність кожного ігрового образу за допомогою діалогів, вправляємо дітей у виразній інтонації, що передає настрій героя. Вчимо керувати ляльками типу образних іграшок, настільного театру,

театру–рукавички і театру на фланелеграфі.

Середня група. Під час годин розваг демонструємо дітям вистави різних театрів – ляльковий, іграшковий, тіньовий, театр живих тіней та масок, а також кінофільми. Заохочуємо їх брати участь у показі вистав, самостійних іграх «У театр» за власними уподобаннями, у дитячих драматичних гуртках. Сприяємо інсценуванню знайомих казок і оповідань, виготовленню атрибутів і декорацій. Вчимо дітей самостійно розігрувати інсценівки за мотивами літературних творів і народної творчості.

Удосконалюємо володіння мовою жестів і імітаційними рухами, навчаємо наслідувати пози людей у різних ситуаціях. Вчимо відповідними рухами передавати дії людей і характерні професійні рухи (музиканта, швачки, столяра, доярки, пташниці тощо). Закріплюємо вміння інтонаційно передавати емоційний стан персонажів, голосом відтворювати почуття радості, суму, тривоги. Навчаємо новим технікам водіння ляльок (тіньовий театр, театр з рухливими ніжками, театр п'яти пальців, театр бі–ба–бо). Допомогаємо створювати ігрове середовище, виготовляти ляльки, костюми і декорації. Бережно ставимося до творчості дітей, розвиваємо їх імпрровізаційні здібності, підтримуємо винахідливість і бажання постійно по–новому розігрувати казки чи інші сюжети.

Старша група. Залучаємо дітей до участі у театралізованих виставах (ляльковий театр, театр живих тіней, масок тощо), інсценівках і драматичних гуртках. Вчимо обговорювати проведені вистави. Стимулюємо дитячу творчість і оригінальність відтворення ігрових образів.

Удосконалюємо вміння відтворювати рухи та дії людей різних професій, навчаємо передавати емоції жестами і мімікою. Підтримуємо творче виконання імітаційних рухів та емоційних станів персонажів. Розвиваємо інтонаційну виразність діалогічного мовлення, заохочуємо фантазію і вигадку.

Заохочуємо дітей самостійно складати та інсценувати казки як художнє відображення життя, допомагаємо опанувати різні способи водіння ляльок у театрах різних видів. Удосконалюємо вміння розігрувати постановки, творчо підходити до створення і підбору атрибутики, розміщення декорацій і реквізиту. Збагачуємо мову виконавців образними виразами, розвиваємо пам'ять, художній смак і естетичні вподобання.

Організація театралізованої діяльності в дошкільному закладі проводиться за двома напрямками

1. До творчості через емоції та почуття. Цей напрям передбачає розвиток творчих здібностей вихованців шляхом залучення до емоційно забарвленої, образної діяльності. Основна мета – через емоційне переживання спонукати дитину до творчого самовираження.

- Діти раннього і молодшого дошкільного віку із задоволенням перевтілюються в тварин, однак самостійно обіграти сюжет ще не можуть. Їх навчають ігрових дій за зразком вихователя, використовуючи короткі вистави, потішки, казки.
- Театралізована діяльність організовується так, щоб діти виконували дії персонажів без необхідності запам'ятовувати текст – педагог читає його кілька разів. Це сприяє розвитку звукової уваги.
- Ігри з роллю активізують уяву, готують до самостійної творчої гри.
- Перегляд лялькових вистав формує інтерес до театралізованих ігор, стимулює бажання долучитися до спектаклю, повторювати діалоги, взаємодіяти з героями (ляльки вітаються, дякують, кланяються).
- Вихователь використовує театралізовані ляльки у щоденному спілкуванні, формуючи позитивний емоційний досвід (лялька дякує, хвалить, прощається).
- Розвивається здатність дітей до емоційного відгуку, вираження настрою за допомогою міміки, жестів, рухів.

2. До творчості через навчання. Цей напрям орієнтований на поступове формування театральних ігор і творчих навичок через спеціально організовані заняття, вправи та розвивальні ситуації.

- Творчі здібності формуються під час занять художньо–естетичного і загально–розвивального циклу, а також у повсякденній діяльності, з урахуванням інтересів і

здібностей дітей.

- Педагог розширює ігровий досвід дітей через:
 - гру–імітацію окремих дій людини, тварин, птахів разом з емоційним відтворенням;
 - гру–образ із послідовними діями й передачею настрою;
 - гру–імпровізацію під музику або без тексту;
 - інсценізацію казок, віршів, коротких оповідань;
 - рольовий діалог між казковими героями;
 - гру–драматизацію з кількома персонажами (наприклад, «Ріпка», «Теремок»).
- Формуються спеціальні *ігрові вміння*:
 - Позиція «глядача»: доброзичливість, увага, здатність оцінити виставу (поплескати, подякувати).
 - Позиція «артиста»: використання міміки, жестів, голосу, темпу мовлення для передачі образу; вміння «оживити» ляльку або фігурку.
 - Командна взаємодія: співпраця в грі, вміння грати в парі чи групі, дотримання черговості, уникнення конфліктів.
- Для підтримки самостійної гри дітям надаються іграшки, предмети, декорації, що заохочують до власного драматичного сюжету.
- Педагог поступово формує навички режисерської гри, коли дитина не лише бере участь, а й уміє створювати власний сценарій.

ПІСКОВА (ПІЩАНА) ТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Історичні аспекти піскової терапії в роботі з дітьми дошкільного віку

Історія піскової терапії, хоча і має відносно недавнє офіційне визнання як психотерапевтичного методу, сягає глибин людської потреби у творчості та самовираженні через гру з природними матеріалами. Для дітей, особливо дошкільного віку, пісок завжди був улюбленим об'єктом для ігор та створення власних світів. Ігри з піском та водою є універсальними для дітей у всьому світі. З давніх–давен діти будували замки, тунелі, міста з піску, створюючи свої мініатюрні світи. Це вказує на глибоку, інтуїтивну потребу дитини у такій діяльності, яка, як згодом виявилось, має значний психотерапевтичний потенціал.

Герберт Уеллс та «Ігри на підлозі» (Floor Games): Хоча це не була терапевтична методика, британський письменник Герберт Уеллс у 1911 році опублікував книгу «Ігри на підлозі», де описав, як його діти грали з мініатюрними іграшками на підлозі, створюючи світи. Ці спостереження, імовірно, стали однією з перших згадок про подібні ігри, що надихнули подальших дослідників.

Хоча К.Г. Юнг (швейцарський психотерапевт, засновник аналітичної психології) не розробляв піскову терапію як окрему методику, він запропонував принцип «терапії піском». Юнг надавав великого значення символічному змісту несвідомого. Він вважав, що природна потреба людини діяти з піском та його властивості (плинність, здатність тримати форму) можуть допомогти у вираженні та опрацюванні внутрішніх станів. Юнг стверджував, що процес «гри в пісок» вивільняє заблоковану енергію і «активізує можливості самозцілення, що закладені в людській психіці». Цей принцип став теоретичною основою для подальшого розвитку методу.

Англійський дитячий психотерапевт Маргарет Ловенфельд, педіатр у кінці 1920–х – 1930–ті роки (близько 1929–1939 рр.) стала першою, хто систематично запровадила пісочницю та мініатюрні фігурки в ігрову психотерапію дітей. Вона помітила, що діти, яким важко висловити свої почуття словами, легко це роблять, створюючи композиції у піску. Вона надавала великого значення тактильному контакту дитини з піском і водою, а також використанню різноманітних предметів та іграшок.

У 1935 році Ловенфельд опублікувала книгу «Гра в дитинстві», описала свої спостереження методики «Техніка побудови світу» (World Technique). Робота Ловенфельд була зосереджена саме на дітях, і її методика стала значним проривом у розумінні дитячої психіки та можливостей невербальної комунікації.

Швейцарський юнгіанський аналітик Дора Калфф, учениця К.Г. Юнга та Маргарет Ловенфельд у 1950–ті роки розробила концепцію «вільного та захищеного простору», де дитина може вільно творити свій світ у піску, відчуваючись у повній безпеці. Калфф підкреслювала важливість символічного значення створених образів та зв'язок з архетипами колективного несвідомого. Саме Дора Калфф дала назву «Sandplay Therapy» (дослівно – «піщана гра», або «піщана терапія»), яка використовується досі. Завдяки Калфф, піщана терапія отримала міцний теоретичний фундамент, що дозволило їй стати визнаним методом у роботі з дітьми, особливо дошкільного віку, через її фокус на символічній грі та невербальному вираженні. Автор піщаної терапії для дітей визначила ключовий принцип методу, а саме – «створення захищеного і вільного простору». У цьому середовищі малюк є творцем нового світу і його дослідником. У роботі з піском можна втілити свої внутрішні переживання і тривожні ситуації у відчутний образ. Адже не завжди ми можемо зрозуміти, що нас турбує, і як з цим боротися. Піщана терапія для дітей допомагає створити символічний зоровий образ наших хвилювань і розробити позитивний сценарій розвитку подій. «Картина на піску може бути зрозуміла як тривимірне зображення будь-якого аспекту душевного стану. Неусвідомлена проблема розігрується в пісочниці, подібно драмі, конфлікт переноситься з внутрішнього світу в зовнішній і робиться зримим» – зазначає Дора Калфф.

Після Калфф піскова терапія продовжила розвиватися. З'явилися різні напрямки та модифікації, що адаптували метод для роботи з різними віковими групами та проблемами. Сучасна піщана терапія активно використовується психологами, педагогами та терапевтами у всьому світі як ефективний інструмент для діагностики, корекції та розвитку дітей, особливо дошкільнят, які ще не можуть повною мірою висловлювати свої переживання вербально. Метод успішно поєднує в собі елементи ігрової, арт– та глибинної психотерапії.

Сутність та зміст піскової або піщаної терапії

Піскова терапія (або піщана терапія) – це один із найпотужніших та найефективніших методів психологічної корекції та розвитку дітей дошкільного віку. Вона належить до арт–терапії і використовує пісочницю та набір мініатюрних фігурок як основні інструменти для створення «світу» дитини у піску. Це дозволяє дитині виразити свій внутрішній світ, опрацювати емоції та проблеми, а також розвивати свої здібності у безпечному та вільному просторі.

В основі піскової терапії лежить принцип «вільної та захищеної простору». Пісочниця створює такий простір, де дитина може без страху та осуду вибудувати свій внутрішній світ у матеріальній формі. Коли дитина взаємодіє з піском та фігурками, вона:

1. проєктує: несвідомо переносить свої внутрішні переживання, конфлікти, страхи, бажання на фігурки та сюжет, що створюється в піску.
2. символізує: використовує фігурки та елементи пісочного пейзажу як символи своїх думок, почуттів, стосунків.
3. виражає накопичені емоції (гнів, страх, смуток, радість) через дії з піском (розсипання, копання, закопування) та взаємодію фігурок.
4. корегує: створюючи нові сценарії та рішення в пісочниці, дитина знаходить нові способи подолання проблем у реальному житті.
5. розвивається: піскова терапія стимулює сенсорний розвиток, дрібну моторику, уяву, творче мислення, мовлення.

Основи організації піщаної терапії з дітьми

Основні напрямки використання піщаної терапії у роботі з дітьми включають:

1. *Діагностичний напрямок.* Пісочниця виступає як безпечний простір для проєкції внутрішнього світу дитини. Через створені нею композиції та сюжети можна «прочитати» її актуальний психоемоційний стан, невирішені конфлікти, страхи, бажання та ставлення до оточуючих. Суть – спостереження за тим, як дитина будує свій «світ» у пісочниці, які фігурки обирає, як їх розташовує, які дії з ними виконує. Це дозволяє отримати невербальну інформацію про її психіку.

Приклади, виявлення страхів та тривог: дитина створює композицію, де багато

«монстрів» або «небезпечних» фігурок, або ховає фігурку себе під піском. Це може вказувати на наявність страхів або відчуття беззахисності.

Дослідження сімейних стосунків – дитина розміщує фігурки, що символізують членів сім'ї. Розташування фігурок (близько/далеко, хто де стоїть, хто до кого обернений) може показати сприйняття дитиною сімейної динаміки. Наприклад, якщо фігурка дитини знаходиться далеко від фігурок батьків, це може свідчити про відчуття самотності.

Оцінка самооцінки: Дитина може розмістити фігурку себе як дуже маленьку та незначну, або, навпаки, дуже велику та домінуючу.

Виявлення агресії: композиція може містити багато агресивних фігурок (хижаки, солдати, зброя), або ж дитина може руйнувати створені світи, що вказує на накопичену агресію.

2. Корекційно–розвивальний напрямок. Цей напрямок спрямований на цілеспрямовану зміну негативних станів та розвиток певних якостей і навичок. Пісок є унікальним середовищем для цього. Суть – активна взаємодія з піском, зміна сюжетів, трансформація образів допомагає дитині емоційно відреагувати, знайти нові стратегії поведінки та розвинути необхідні компетентності.

Приклади: подолання страхів та тривог: Дитина створює свій страх у вигляді фігурки або сцени, а потім змінює її (наприклад, «монстр» стає добрим, або «зникає»), або ж «перемагає» його у грі. Це дозволяє прожити ситуацію в безпеці та знайти способи її подолання.

Зниження агресії: дитина може «виплеснути» агресію, руйнуючи піщані замки, зариваючи фігурки, що викликають гнів, а потім перетворити їх на щось позитивне.

Корекція поведінкових проблем: програвання конфліктних ситуацій (наприклад, сварка між іграшками) та пошук альтернативних, конструктивних рішень.

Розвиток комунікативних навичок: заохочення дитини до діалогу з фігурками, до розповіді про створений світ, взаємодія з терапевтом у процесі гри.

Гармонізація емоційного стану: тактильна взаємодія з піском має заспокійливий ефект, знижує психоемоційну напругу.

Розвиток саморегуляції: дитина вчиться контролювати свої дії та емоції під час створення та зміни композицій.

3. Терапевтичний напрямок. Забезпечує психологічне розвантаження, зцілення травм, відновлення внутрішнього балансу. Суть – пісочний простір є своєрідним «символічним театром», де дитина може відтворювати життєві події, опрацьовувати травматичний досвід, «проживати» незавершені ситуації.

Приклади. Опрацювання травматичного досвіду: Дитина, яка пережила стресову подію (наприклад, розлучення батьків, переїзд, втрата), може знову і знову відтворювати її в піску, доки не знайде для себе прийнятне завершення або не змінить ставлення до події.

«Відігравання» сімейних сценаріїв: Програвання динаміки сімейних стосунків, пошук способів покращення взаємодії.

Розвиток особистісних ресурсів: Дитина може створити «місце сили» або «безпечне місце» у піску, де вона почувається захищеною та сильною.

4. Розвивальний напрямок. Сприяє загальному розвитку пізнавальних процесів, дрібної моторики, креативності. Суть: тактильна взаємодія з піском, конструювання, створення сюжетів стимулюють різні аспекти розвитку дитини.

Приклади. Розвиток дрібної моторики: Пересипання, розрівнювання, ліплення з піску активно задіює дрібні м'язи рук.

Стимуляція сенсорного сприйняття: Відчуття текстури піску (сухий/мокрый, теплий/холодний) розвиває тактильні відчуття.

Розвиток уяви та фантазії: Створення різноманітних світів, сюжетів, перевтілення фігурок.

Формування зв'язного мовлення: Розповідь про створений світ, діалоги з фігурками, пояснення своїх дій.

Розвиток мислення та логіки: Побудова композицій, створення послідовностей подій, вирішення ігрових завдань.

Збагачення словникового запасу: Використання нових слів для опису створених об'єктів та дій.

5. *Навчальний (дидактичний) напрямок.* Використання пісочниці як інтерактивного посібника для засвоєння освітніх знань та навичок. Суть: інтеграція навчальних завдань у гру з піском, що робить навчання цікавим та ефективним.

Приклади: Вивчення геометричних фігур: Створення фігур на піску, обведення їх, «пошук» фігур у піску.

Формування просторових уявлень: Будівництво лабіринтів, доріжок, орієнтація «вгорі–внизу», «ліворуч–праворуч».

Навчання лічби та математичних операцій: Використання фігурок для лічби, додавання/віднімання, сортування.

Ознайомлення з навколишнім світом: Створення «ферми», «лісу», «моря» з відповідними фігурками тварин, рослин.

Розвиток грамотності: Написання літер, цифр на піску, «друкування» слів.

Відмінність піскової терапії від інших видів

- Простота використання. Робота з піском не потребує спеціальних умінь чи підготовки. Маніпуляції з матеріалом легкі й доступні, що дозволяє вільно експериментувати та вигадувати нові форми. Образи, створені в піску, мають тимчасовий характер, що сприяє розвитку творчого мислення та внутрішньої свободи.
- Динамічність образів. Пісочні композиції можуть бути зруйновані й відновлені багаторазово. Це створює ефект своєрідного ритуалу, де кожне нове створення символізує оновлення, зміни, прийняття нових рішень.
- Відображення психічної циклічності. Послідовність у побудові пісочних сцен передає ритм внутрішнього життя дитини, її емоційні стани та зміни, демонструє динаміку психічного розвитку.
- Глибина символічного змісту. Мініатюрні фігурки, природні матеріали та можливість створення об'ємних композицій дозволяють відображати різні рівні психіки, у тому числі довербальні. Образи, що виникають у пісочниці, можуть символізувати глибинні переживання дитини, її страхи, мрії, архетипи.
- Терапевтичний потенціал. Основна ідея пісочної терапії полягає в тому, що гра з піском дає дитині можливість позбутися психологічних травм через перенесення своїх фантазій та емоцій у зовнішній простір пісочниці. Це сприяє встановленню зв'язку з внутрішніми мотивами, формує відчуття контролю та гармонії. Виявлення архетипових образів, зокрема образу сили або самозвеличення, через символи полегшує психоемоційне розвантаження та сприяє здоровому функціонуванню психіки.

Символіка та властивості піску в терапевтичній практиці

- Пісок як джерело асоціацій. Пісок – це матеріал, який викликає у людини широкий спектр асоціацій. Сухий пісок, що «тече» між пальцями, нагадує воду й символізує плин часу. Недаремно саме його використовували в піскових годинниках.
- Медитативний ефект. Багато людей, сидячи на пляжі, інстинктивно пересипають теплий пісок з руки в руку. Це заняття має заспокійливий і медитативний характер, сприяє розслабленню та внутрішньому балансу.
- Пісок як метафора основи світу. Зруйновані скелі, гори, утворюють пісок – отже, пісчинки є «первинною» субстанцією, з якої утворюються великі форми. Вони символізують початок, основу буття.
- Очищення енергетики. Завдяки здатності пропускати воду, пісок, за твердженнями фахівців, вбирає негативну енергію та допомагає емоційно стабілізуватися. Взаємодія з ним очищає психіку, сприяє гармонізації внутрішнього стану.
- Вологий пісок – «носіє пам'яті». На відміну від сухого, вологий пісок зберігає відбитки, форми, лінії. Це відкриває широкі можливості для творчості – на ньому можна малювати, ліпити, створювати історії та символічні сцени.

Переваги пісочної терапії

- Підходить для роботи з дітьми вже з 2-річного віку.
- Проста в застосуванні, не вимагає складного обладнання чи спеціальної підготовки.
- Можливість проводити заняття як у приміщенні, так і на відкритому повітрі.
- Висока доступність матеріалів – пісок, форми, іграшки, природні компоненти.
- Гнучкість у форматах: можливість проведення як індивідуальних, так і групових занять (3–4 дитини).
- Пісок є приємним на дотик, не залишає слідів, не прилипає до рук і одягу.
- Це чудовий сенсорний матеріал, що забезпечує:
 - розвиток дрібної моторики,
 - формування предметно-ігрового середовища,
 - реалізацію образотворчої, експериментальної, конструктивної та пізнавальної діяльності.

Протипоказання до використання пісочної терапії. Пісочна терапія не рекомендується у таких випадках:

- Висока гіперактивність, синдром дефіциту уваги (СДУГ);
- Наявність епілепсії або шизофренії;
- Підвищена тривожність, емоційна чутливість;
- Обсесивно-компульсивні розлади (невроз нав'язливих станів);
- Алергічні реакції на пил або дрібні частинки;
- Захворювання легень;
- Шкірні захворювання або поранення рук.

Загальні принципи взаємодії з піском

1. Принцип комфортного середовища. Передбачає створення фізично та психологічно сприятливих умов: Психологічний комфорт – цікаві, посильні завдання, підтримка та позитивна оцінка з боку дорослого; Фізичний комфорт – приємне освітлення, зручне розташування пісочниці, привабливі іграшки, безпечне середовище.
2. Принцип безумовного прийняття. Базується на ідеях гуманістичної педагогіки: кожна дитина сприймається з повагою і приймається такою, якою вона є – без оцінок, осуду чи вимог відповідати очікуванням дорослих.
3. Принцип доступності інформації. Усі інструкції, звернення, рекомендації мають бути адаптовані до вікових та інтелектуальних особливостей дитини. Допускається використання зрозумілої, «дитячої» мови.
4. Принцип конкретизації проблеми. Вихователь повинен поступово й тактовно з'ясовувати справжню суть внутрішньої проблеми дитини, звертаючи увагу на приховані емоції, страхи чи переживання.
5. Принцип об'єктивного бачення. Передбачає здатність дорослого розглядати поведінку й труднощі дитини у контексті всього її життя, включаючи родинне, соціальне, емоційне середовище.
6. Принцип опори на потенціал дитини. В основі – віра у внутрішні ресурси дитини. Важливо залучати сильні сторони, захоплення, інтереси дитини у терапевтичний процес (наприклад, використання хобі чи улюблених персонажів у сюжетах гри).
7. Принцип соціалізації. Спрямований на підтримку дитини у її входженні в соціальне середовище – родину, групу однолітків, мікросоціум. Пісочна гра може допомогти дитині подолати бар'єри у спілкуванні.

Додаткові принципи пісочної терапії

1. Принцип оживлення абстрактних понять. Через пісочні образи дитина «оживляє» цифри, букви, фігури тощо, що сприяє формуванню глибшого розуміння та «вкорінення» знань у практичному досвіді.
2. Принцип реального проживання подій. Під час гри дитина не просто уявляє ситуації, а «проживає» їх, ідентифікується з героями, що дозволяє їй на практиці переконатися у наслідках власних рішень і дій.

3. Принцип усвідомлення досвіду. Ситуації, розіграні у пісочниці, дають дитині можливість подивитися на власний досвід з боку, проаналізувати його, зробити висновки в безпечному середовищі.
4. Принцип емоційного та ідейного обміну. Пісочна гра є способом встановлення діалогу між дитиною і дорослим. У такій взаємодії народжуються спільні ідеї, почуття та значущі для дитини сенси. Це формує атмосферу довіри та партнерства.

Маніпуляції дитини з піском під час піщаної терапії

Під час піщаної терапії дитина активно взаємодіє з піском, виконуючи різноманітні маніпуляції. Ці дії є не просто грою, а потужним інструментом для самовираження, психологічного розвантаження та розвитку. Кожна маніпуляція має своє символічне та терапевтичне значення, дозволяючи фахівцю спостерігати за внутрішнім світом дитини та допомагати їй.

Основні види маніпуляцій з піском

- *Розрівнювання піску.* Дії – дитина розрівнює пісок долонями, грабелями, створюючи рівну поверхню. Символічне значення – це може бути бажання порядку, контролю, спокою після бурхливих емоцій або переживань. Створення «чистого аркуша» для нового початку. Також може символізувати придушення чогось, «загладжування» конфліктів. Терапевтична цінність, допомагає зняти емоційну напругу, заспокоїтися, зосередитися.
- *Насипання гірок/курганів.* Дії – дитина створює великі або маленькі гірки, насипаючи пісок руками або лопаткою. Символічне значення, рагнення до лідерства, сили, влади, бажання «бути зверху», домінувати. Великі гірки можуть символізувати важливі досягнення або ж, навпаки, непереборні перешкоди. Терапевтична цінність, розвиває моторні навички, просторове мислення, дає відчуття контролю над простором.
- *Копання ямок/норок.* Дії, викопування заглиблень, ямок, тунелів у піску. Символічне значення, може відображати потребу в безпеці, захисті, усамітненні, бажанні сховатися. Також може символізувати пошук чогось прихованого, дослідження «глибин» себе або проблеми, або ж спробу «зарити» та приховати неприємні емоції чи події. Терапевтична цінність – допомагає виразити відчуття вразливості, потреби у безпеці.
- *Створення доріжок/лабіринтів.* Дії, прокладання шляхів, стежок, складних лабіринтів на поверхні піску. Символічне значення – пошук виходу із ситуації, планування, формування життєвого шляху. Лабіринти можуть відображати заплутаність або труднощі у прийнятті рішень. Дороги можуть символізувати подорож, зміни. Терапевтична цінність – розвиває логічне мислення, планування, допомагає у структуризації мислення та пошуку рішень.
- *Змочування піску водою.* Дії – додавання води до піску для зміни його консистенції (з мокрого піску можна ліпити). Символічне значення – вода часто символізує емоції, почуття, життя. Додавання води може означати бажання з'єднатися зі своїми емоціями, оживити ситуацію, надати їй гнучкості або, навпаки, розмити межі. Терапевтична цінність – сприяє заземленню, розвитку сенсорних відчуттів, дозволяє ліпити та створювати об'ємні фігури, що є більш динамічним способом вираження.
- *Руйнування/знищення побудов.* Дії – свідоме руйнування раніше створених фігур, гірок, замків. Символічне значення – вираження агресії, гніву, протесту. Може бути способом «відпустити» минуле, позбутися того, що заважає, звільнити місце для нового. Також може символізувати відчуття безсилля або руйнівні тенденції. Терапевтична цінність – дозволяє безпечно відреагувати деструктивні емоції, що накопичилися.
- *Закопування/відкопування фігурок або предметів.* Дії – ховання фігурок під піском і подальше їх знаходження. Символічне значення, закопування: бажання приховати, забути, захистити щось або когось. Може відображати пригнічені емоції, страхи, таємниці. Відкопування, пошук, розкриття прихованого, прагнення зрозуміти щось важливе, бажання знайти вирішення проблеми, «витягнути» на поверхню забуті або витіснені переживання. Терапевтична цінність – допомагає опрацювати приховані конфлікти, страхи, сприяє звільненню від тягара.
- *Сортування піску/піщинок.* Дії, перебирання піску пальцями, відокремлення великих частинок від дрібних, розрівнювання поверхні. Символічне значення – прагнення до

порядку, аналізу, структуризації. Може відображати спробу розібратися в складній ситуації, знайти логіку в хаосі. Терапевтична цінність – заспокоює, допомагає зосередитися, розвиває посидючість та уважність.

Значення маніпуляцій для терапевта. Спостерігаючи за цими маніпуляціями, терапевт може:

Оцінити емоційний стан дитини: активність/пасивність, швидкість/повільність рухів, перевага певних дій.

- Виявити приховані конфлікти: повторювані рухи, незвичайні комбінації маніпуляцій.
- Сформулювати гіпотези: про можливі причини поведінкових проблем або емоційних труднощів дитини.
- Спланувати подальшу роботу: вибрати відповідні фігурки або запропонувати певні ігрові сценарії, щоб допомогти дитині опрацювати свої переживання.

Вільна маніпуляція з піском надає дитині можливість без слів розповісти про себе, що є особливо цінним у дошкільному віці, коли вербальні навички ще не повністю розвинені.

Методичні аспекти піскової терапії з дітьми дошкільного віку.

Організація простору та матеріали

- Пісочниця: Спеціальний дерев'яний або пластиковий ящик розміром приблизно 50×70×8 см. Внутрішня поверхня бажано синього кольору (дно – вода, борти – небо).
- Пісок: Чистий, просіяний річковий або кварцовий пісок. Важливо мати як сухий, так і мокрий пісок.
- Колекція мініатюрних фігурок:
 - Люди: Чоловіки, жінки, діти, різні професії, віки.
 - Тварини: Домашні, дикі, птахи, комахи, риби, морські мешканці (хижаки, травоядні).
 - Рослини: Деревя, кущі, квіти, гриби.
 - Будинки та споруди: Будинки, замки, мости, паркани, ворота.
 - Транспорт: Машини, кораблі, літаки.
 - Природні об'єкти: Камінці, черепашки, гілочки, мушлі.
 - Фантастичні істоти: Дракони, феї, чарівники (для опрацювання фантазій, страхів).
 - Символічні об'єкти: Скарби, монети, коштовності, ключі, дзеркала.
- Допоміжні інструменти: Лопатки, грабельки, пензлики, сито, невеличкі посудини для води.
- Вода: Обов'язково, оскільки можливість змінювати консистенцію піску значно розширює можливості терапії.

Підготовка простору для пісочної гри. Перш ніж розпочати гру, необхідно створити відповідне ігрове середовище. Ідеальним варіантом є дерев'яна пісочниця, пофарбована зсередини та ззовні у блакитний або синій колір – це сприяє уявному моделюванню неба та водойм, що стимулює фантазію дитини.

Оптимальні розміри пісочниці:

- ширина – 50 см
- довжина – 70 см
- висота – 8 см

Такі параметри дозволяють дитині повністю охопити простір поглядом, що важливо для формування цілісного сприйняття ігрової сцени.

Пісок повинен бути:

- чистим, просіяним і не забрудненим;
- не надто дрібним, але й не великим за фракцією;
- приємним на дотик, сипким, природного походження (наприклад, морський або річковий).

Для дітей з особливими освітніми потребами рекомендується використовувати пісочницю квадратної або круглої форми, адже така конструкція інтуїтивно спонукає до зосередження уваги в центрі, формує відчуття безпеки й сприяє емоційній стабільності.

Об'єм піску: пісочницю заповнюють на половину або менше. Поряд бажано розмістити

гличик із водою – адже діти, особливо молодшого віку, часто віддають перевагу саме вологому піску, з яким легше ліпити й формувати образи.

Гігієна матеріалу: пісок слід періодично очищувати – промивати та просушувати на сонці орієнтовно 1 раз на 2–3 місяці.

Ігрові матеріали та фігури

Мініатюрні фігурки – це важливий елемент пісочної гри. Вони утворюють своєрідну колекцію моделей навколишнього світу:

- реалістичні предмети (транспорт, тварини, будівлі, рослини);
- казкові чи міфологічні образи (герої, чудовиська, фантастичні істоти);
- емоційно заряджені фігурки (страшні, чарівні, символічні персонажі).

Пісок і вода виконують роль природних матеріалів, через які відновлюється глибинний зв'язок дитини з природою, тілесністю, емоціями.

Фігури зручно зберігати на відкритих полицях або в контейнерах. Їх можна розсортувати за категоріями (люди, тварини, будівлі, транспорт тощо), або ж залишити у вільному доступі для інтуїтивного вибору дитиною. Такий підхід сприяє творчому комбінуванню й формуванню власних сюжетів.

Роль пісочниць у дошкільному закладі. Зазвичай у закладах дошкільної освіти є велика пісочниця – простір для колективної гри, соціалізації та спільної творчості. Однак важливо також передбачити на території кілька невеликих пісочниць, які можна використовувати для індивідуальних або парних занять.

До таких пісочниць можна додавати набори дрібних іграшок, що дозволяють кожній дитині створювати власний мікросвіт. Це особливо цінно, адже у великій пісочниці доводиться домовлятися із багатьма дітьми, де гра може бути галасливою та хаотичною: одні копають, інші будують дороги або запускають іграшкову техніку. У невеликому, обмеженому просторі дитина почувається більш захищеною, їй легше зосередитися, розгорнути унікальний сюжет і глибше зануритися в гру.

У процесі проведення піскової терапії виділяють *три стадії гри з піском*: хаос, боротьба і вирішення конфлікту.

На стадії «хаосу» дитина хапає безліч іграшок, безладно розставляє їх на пісочному листі, часто перемішує їх з піском. Подібні дії відображають наявність тривоги, страху, недостатньо позитивної внутрішньої динаміки. Через «хаос» відбувається поступова активізація психоемоційного стану та звільнення від нього. Багатократне повторення психотравмуючої ситуації дозволяє змінювати емоційне ставлення до неї. Стадія «хаосу» займає від 1 до кількох занять. Можна відмітити, як від картини до картини зменшується кількість фігурок, які використовує дитина, та з'являється сюжет.

Стадію «боротьби» можна спостерігати у складних дітей. На пісочний лист несвідомо переносяться внутрішні конфлікти: агресія, образи, тривога, нездужання, реальні конфліктні взаємини тощо. Істоти в пісочниці вбивають один одного, сюжетами виступають сутичка, війна, важке протистояння. Через деякий час може з'явитися герой або сили, які наводять лад та відновлюють справедливість.

На стадії «вирішення конфлікту» можна спостерігати благополучні картини: мир, спокій, повернення до природних занять.

Методика пісочної терапії з дітьми: Покроковий посібник

Методика пісочної терапії – це послідовний алгоритм дій фахівця, що дозволяє системно та ефективно використовувати потенціал пісочниці для психологічної допомоги та розвитку дитини. Вона базується на принципах вільної, недирективної гри, де пісок і фігурки стають засобом самовираження та опрацювання внутрішніх станів.

1. Підготовчий етап (Організація середовища та первинний контакт). Цей етап є фундаментом для створення безпечного та стимулюючого простору.

1.1. Організація «магічного» простору:

- Пісочниця: Переконайтеся, що пісочниця (бажано синього кольору всередині) чиста,

доступна для дитини.

- Пісок: Приготуйте достатню кількість чистого, просіяного піску (сухого та вологого). Можливість використання води є ключовою.
- Колекція фігурок: Розташуйте колекцію мініатюрних фігурок таким чином, щоб вони були легко доступними та оглядовими для дитини. Фігурки мають бути різноманітними (люди, тварини, рослини, будинки, транспорт, фантастичні істоти, символічні об'єкти) і без гострих країв.
- Допоміжні інструменти: Лопатки, грабельки, пензлики, сито, невеличкі посудини для води – все це має бути під рукою.
- Освітлення та температура: Забезпечте комфортне освітлення та приємну температуру в приміщенні.

1.2. Створення атмосфери довіри та безпеки:

- Вітання: Зустріньте дитину з посмішкою, встановіть доброзичливий контакт.
- Пояснення: Коротко, у ігровій формі поясніть, що це за «чарівний ящик» і що в ньому можна робити. Наприклад: «Це не просто пісочниця, це чарівна країна, де можна побудувати будь-який світ, який тільки уявиш».
- Правила: Озвучте прості, позитивні правила, що стосуються безпеки та поваги до піску (наприклад, «пісок не кидаємо», «пісок залишається в ящику», «можна робити все, що не шкодить тобі та іншим»).

1.3. Ритуал початку сесії:

- Знайомство з піском: Запропонуйте дитині опустити руки в пісок, відчути його (сухий, теплий, холодний, вологий). «Привітайся з пісочком, відчуй його долоньками».
- Налаштування: Це може бути короткий віршик, пісня або просто запрошення: «Починаймо створювати свій світ!»

2. Основний етап (Вільна гра та терапевтична взаємодія). Це центральний етап, де відбувається основна робота. Фахівець виступає в ролі уважного, емпатичного спостерігача та, за потреби, м'якого провідника.

2.1. Вільне будівництво «світу»:

- Запрошення до дії: «Можеш будувати все, що забажаєш», «Що тобі хочеться створити сьогодні?», «Який світ ти хотів би збудувати?»
- Недирективність: Не нав'язуйте дитині сюжет, фігурки чи дії. Дозвольте їй вільно взаємодіяти з піском та колекцією.
- Спостереження: Уважно спостерігайте за:
 - Вибором фігурок: Які фігурки дитина обирає? Чи є перевага певних категорій (агресивні, добрі, великі, маленькі)?
 - Маніпуляціями з піском: Чи розрівнює, копає, насипає гірки, робить доріжки? Які маніпуляції переважають? (Див. попередній розділ «Маніпуляції дитини з піском»).
 - Розташуванням фігурок: Хто де стоїть, хто до кого обернений, чи є конфлікти, чи є усамітнені фігурки?
 - Емоціями дитини: Міміка, жести, інтонація.
 - Мовленням дитини: Чи коментує вона свої дії, чи створює діалоги між фігурками?

2.2. Психотерапевтичний супровід:

- Рефлексія: Віддзеркалюйте дії та емоції дитини, не інтерпретуючи їх. «Бачу, як твій ведмедик дуже злий», «Ти будуєш високу гору», «Зайчику, здається, трохи сумно». Це допомагає дитині усвідомити свої почуття.
- Відкриті запитання: Заохочуйте дитину до розповіді про свій світ. «Розкажи про цей світ», «Що тут відбувається?», «Чому ця фігурка стоїть тут?».
- Підтримка: «Я бачу, як ти стараєшся», «Це дуже цікавий світ».
- Делікатне втручання (за потреби): Якщо дитина застрягла, не знає, що робити, або її гра стає деструктивною (агресія, руйнування без сенсу), можна м'яко запропонувати варіанти: «Може, ведмедик знайде собі друга?», «Що ще може статися в цій країні?», «А що, якби ця фігурка щось змінила?»

2.3. Застосування специфічних технік (за потребою):

- Техніка «Лялька-Я» або «Лялька-Проекція»: Запропонувати дитині обрати або створити

фігурку, що символізує її саму.

- Техніка «Лялька–Проблема»/ «Лялька–Страх»: Створення або вибір фігурки, що уособлює проблему/страх, та подальше опрацювання (трансформація, подолання).
- Техніка «Лялька–Ресурс»/ «Лялька–Помічник»: Введення фігурки, що символізує підтримку, силу, захист.
- Техніка «Сімейна композиція»: Створення «сім'ї» з фігурок для діагностики та корекції сімейних стосунків.
- Програвання травматичних ситуацій: Повторне відтворення події в піску для її опрацювання та знаходження ресурсів.

3. *Завершальний етап (Рефлексія та «вихід з гри»)*. Цей етап важливий для інтеграції досвіду та повернення дитини до реальності.

3.1. *Обговорення та рефлексія:*

- «Що ми збудували/створили?»: Запитайте дитину, що було створено, що їй сподобалося найбільше.
- Емоції та відчуття: «Як ти почуваєшся після створення цього світу?», «Який настрій у твого світу зараз?».
- Засвоєний досвід: «Що дізнався твій герой?», «Що нового ти зрозумів про себе чи інших?».
- Не інтерпретуйте! Уникайте власних психологічних інтерпретацій. Дозвольте дитині самій дійти до висновків.

3.2. *Символічне завершення «світу»:*

- «Зруйнувати» чи «залишити»? Запитайте дитину, чи хоче вона залишити свій світ, чи зруйнувати його (розрівняти пісок). Якщо дитина руйнує, це часто є символом завершення, прощання з проблемою або готовності до нового.
- Акуратне прибирання: Якщо світ не руйнується, допоможіть дитині акуратно прибрати фігурки на місце.

3.3. *Ритуал прощання:*

- Подяка: Подякуйте дитині за гру. «Дякую тобі за такий чудовий світ!».
- Прощання з пісочницею: «До побачення, пісочниця, до наступної зустрічі!»
- Поступове повернення: Допоможіть дитині повернутися з ігрового стану до реальності. Можна запропонувати вимити руки, якщо працювали з мокрим піском.

Тимчасові рамки такої терапії варіюються в залежності від ситуації і віку. А сам сеанс умовно ділиться на три частини: попередня бесіда (орієнтовно 15 хв), безпосередньо робота з пісочницею (20 хв), завершальна бесіда (15 хв).

Орієнтовна схема роботи з пісочної терапії охоплює такі етапи

Заняття з пісочної терапії умовно поділяються на кілька етапів:

1. *Орієнтувальний етап* – ритуал входження у «пісочний світ», який включає сенсорну стимуляцію (зорову, слухову, дотикову) та знайомство з правилами роботи з піском.
2. *Основна частина* – проведення терапевтичних ігор відповідно до теми чи індивідуальних потреб дитини, а також можливе домашнє завдання.
3. *Релаксаційний етап* – вправи на розслаблення, вільна гра або спонтанна творчість.
4. *Завершальний етап* – ритуал виходу з «пісочного світу» з підведенням підсумків, спокійним прощанням і закріпленням позитивного емоційного стану.

1. *Орієнтувальний етап: вхід у пісочний світ.* Початок заняття передбачає знайомство з пісочницею через емоційно забарвлений образ. Для цього використовується метод заміщення, коли основним персонажем взаємодії є лялька–посередник (наприклад, Піщана Фея, Принцеса Піщаного Королівства, Господиня Пісочного Саду).

Важливо:

- на всіх заняттях використовувати одну й ту саму ляльку, яка буде символом переходу в пісочний простір;
- не використовувати цю ляльку в інших активностях, не зберігати її на видноті, аби

зберегти ефект чарівності й винятковості.

На першому занятті лялька–посередник «запрошує» дітей до себе в гості, де вони:

- знайомляться з пісочницею як символічним простором: «небом» (сині стінки), «землею» (пісок), «горизонтом» (лінія прилягання піску до стінок), «водою» (синє дно через ямку);
- дізнаються правила пісочної країни:
 - не розсипати пісок за межі пісочниці;
 - не сипати пісок на інших;
 - не брати пісок до рота;
 - допомагати прибирати іграшки після гри;
 - після повернення з пісочного світу – мити руки з милом.

Після ознайомлення з правилами діти можуть привітати Пісочну Фею вигаданою історією, віршем, малюнком чи подарунком, створеним спеціально для неї.

2. Основний етап: терапевтичні ігри. У цій частині проводяться ігри з піском, які відповідають темі заняття або терапевтичній меті. Починають із простих дій, поступово переходячи до складніших.

Педагог спочатку демонструє дії (наприклад, формування пасочок, прокладення доріжок), потім допомагає дитині виконати їх разом, а далі – дитина виконує самостійно. У старших групах діти можуть одразу працювати автономно.

На цьому етапі важливо, щоб:

- гра асоціювалася з позитивними емоціями та успіхом;
- ігри добиралися відповідно до психоемоційного стану та потреб дітей (наприклад, розвиток мовлення, зниження тривожності, зняття агресії тощо).

Приклади ігор:

- «Привіт, піску» – знайомство через дотик:
 - кінчиками пальців (правої і лівої руки),
 - долонями,
 - кулачками,
 - набрати пісок у долоні та висипати тонким струмочком.
- «Мешканець піщаної країни» – у пісок заздалегідь ховають дрібні іграшки. Завдання дітей – знайти їх і привітатися з кожною, що розвиває тактильне сприйняття та фантазію.
- «Лагідне слово для піску» – кожна дитина по черзі звертається до піску з приємним, ніжним словом, що сприяє розвитку мовлення та позитивного емоційного самовираження.

У молодшій групі зазвичай використовують 1–2 основні гри, у середній і старшій – 2–4, з урахуванням емоційної витривалості та інтересів дітей.

3. Релаксаційний етап: розслаблення та вільна гра. Після завершення основної частини заняття настає час релаксації та емоційного відновлення. Дітям пропонується самостійно обрати діяльність у пісочниці – це може бути вільна гра або повторення улюблених дій з піском. На перших заняттях важливо ще раз нагадати правила поведінки в країні Піщаної феї, щоб підтримувати атмосферу безпеки, поваги і чарівності.

У цьому етапі доцільно використовувати спеціальні вправи на розслаблення, які сприяють емоційній розрядці, зниженню м'язового напруження та формуванню відчуття спокою.

Приклади релаксаційних ігор з піском:

- Гра «Піщаний дощик»

Проводиться в парах. Одна дитина набирає жменю піску й виконує дії під рахунок педагога:

- «Раз» – повільно сипле пісок у пісочницю;

- «Два» – пересипає пісок на розкриту долоню напарника;
- «Три» – висипає залишок собі на долоню.

Після завершення діти міняються ролями. Така гра має заспокійливий ритм і сприяє встановленню довірливого контакту між дітьми.

Інший варіант: дитина повільно висипає пісок із кулачка тонким струменем на пальці розкритої долоні (власної або іншої дитини), по чергово – від великого пальця до мізинця. Коли пісок закінчується, дитина називає останній палець, якого торкнувся пісок.

- Гра «Піщаний вітер»

Метою гри є навчити дітей м'яко і контрольовано видихати повітря. Діти дмухають через коктейльні трубочки на поверхню піску, створюючи візерунки, ямки, доріжки. Це тренує дихання, сприяє розвитку уваги та розслабленню.

Важливо! Педагог має уважно слідкувати, щоб діти не вдихали через трубочку – лише видихали.

У кінці гри педагог може запропонувати дітям «видихнути» в пісок побажання – лагідне слово або мрію, яка залишиться у пісочному світі.

4. Завершальний етап: вихід із пісочного світу

На завершення заняття проводиться короткий ритуал повернення з чарівної країни Піщаної феї. Мета цього етапу – плавно переключити увагу дітей з пісочної гри на іншу діяльність, допомогти емоційно «від'єднатися» від казкового простору та перейти до реального світу.

Ритуал може мати словесну або ігрову форму, бути пов'язаний із символічною дією (наприклад, діти «закривають двері до пісочної країни», прощаються з Піщаною феєю тощо).

Рекомендації:

- Ритуал входу має бути енергійним, емоційно яскравим, що сприяє залученню дітей.
- Ритуал виходу – навпаки, спокійним, стриманим і стабілізуючим, щоб сприяти поверненню до звичного ритму дня.

Такі ритуали створюють передбачувану структуру заняття, допомагають дітям відчувати себе безпечно та впевнено, що є важливим фактором ефективності пісочної терапії.

Види ігор з піщаної терапії з піском

Навчальні ігри	Цей тип ігор із піском використовують на початковому етапі занять із піщаної терапії. Їх мета – ознайомити дітей із можливостями вільного самовираження та реалізації фантазій через взаємодію з піском, а також навчити базових технік і прийомів роботи з цим природним матеріалом.
Пізнавальні ігри	Такі ігри сприяють розширенню знань дошкільників про навколишній світ, формуванню уявлень про взаємозв'язки у природі, а також розвитку розуміння соціальних і моральних норм співіснування між живими істотами й об'єктами довкілля.
Проективні ігри	У їх основі лежить механізм психологічної проекції: коли дитина працює з неструктурованим матеріалом (таким як пісок) і виконує творче, неконкретизоване завдання (наприклад: «Зроби щось, що сам/сама захочеш»), вона несвідомо переносить власні внутрішні переживання, труднощі та емоції у гру. Саме через таку діяльність дитина може безпечно вивільнити накопичене напруження, а дорослий – отримати можливість краще зрозуміти її емоційний стан.

Цікавим у практиці роботи ЗДО може бути *модельовання ситуації розкопок*. Дану ідею можна використовувати для організації сюжетно-ролевої гри або ігрового заняття. Полігоном для розгортання гри можуть стати дві-три невеликі пісочниці. Сюжет ґрунтується на міжпланетній подорожі двох (або трьох) екіпажів космічних кораблів землян. Це науково-

дослідна експедиція, якій доручено досліджувати дві планети в сузір'ї Оріон, визначити, чи існує на них життя, чи життя існувало на них раніше.

Коли екіпажі прибувають до планет, вони бачать перед собою тільки піщану пустелю. З Центру надходить наказ приступити до розкопок. Ось тут починається найцікавіше.

З вечора педагоги повинні наповнити надра «планет»—пісочниць вмістом, який вдень розкопають експедиції. Припустимо, одна планета зберігає сліди людської цивілізації, інша — сліди величезних плазунів.

У першому випадку в пісочниці можна закопати цілий замок з кубиків або конструктора. Деякі частини можуть стояти, деякі — виконувати роль тих, що зруйнувалися. Також можна закопати які-небудь деталі прикрас. У одному з кутів пісочниці можна закопати іграшковий посуд. Іграшковий посуд не відповідає за розмірами замку або палацу. Ця обставина — своєрідна інтрига.

Дослідники отримують інструкцію: копати потрібно дуже обережно, знімаючи пісок тонкими пластами, у жодному випадку не заглиблюючись, не викопуючи ям. Якщо лопатка наштотхнеться на якийсь предмет в піску, її потрібно терміново змінити на великий пензлик і далі працювати вже тільки пензликами, обережно звільняючи поверхні знахідки. Хто міг жити в замку? У дворі споруди діти можуть виявити портрети із зображенням інопланетян і скласти уявлення про їх зовнішній вигляд. Якого зросту вони були? Про це можна судити по величині арок і дверей. Їх можна виміряти за допомогою мірки. Виявивши, що частина споруди зруйнована, діти можуть зробити припущення про те, що стало причиною руйнувань. Можливо, землетрус. А можливо — війна. Тільки кого з ким? Може, на планеті жили і інші мешканці? Для цього потрібно обстежувати ще не вивчені куточки пісочниці.

У одному з кутів діти відкопають посуд, який за розмірами не відповідає зросту передбачуваних жителів замку. Мабуть, з нього їли істоти, розміри яких були набагато більші. Може, велетні? Окрім посуду, в цьому кутку пісочниці знайдені гігантський лук. Мабуть, велетні були дикунами. Вони не уміли будувати, а жили полюванням. Але, мабуть, вони уміли користуватися вогнем, тому що члени експедиції знайшли вуглики.

Діти збирають усі предмети, знайдені під час розкопок, розкладають їх по коробочках, присвоюють кожному експонату номер та фіксують його у блокнотах. Перед відльотом вони отримують завдання з Центру — реконструювати виявлені на планеті споруди та оцінити їхню можливу придатність для життя. Завершивши місію, команда повертається до Центру планетарних досліджень, де презентує свої знахідки, ділиться гіпотезами щодо життя на планеті та ймовірних причин його зникнення.

Інша команда не виявляє слідів людської діяльності, проте натрапляє на рештки стародавніх ящерів. Їхні моделі можна виготовити з солоного тіста. Поруч знаходять мушлі моллюсків та згладжені камінці. У дітей виникає запитання: що ж спричинило загибель цих істот? Можливо, катастрофічна повінь або ж кліматичні зміни, які призвели до пересихання водойм, де мешкали ящери. Серед піску також трапляються шматочки бурштину — ознака того, що колись тут росли хвойні дерева, смола яких з часом стала бурштином. Це відкриває нову можливість — видобуток корисного ресурсу.

Дослідники також знаходять три яйця з пап'є-маше. Вони припускають, що деякі істоти могли вижити. Діти отримують експериментальне завдання — створити умови, за яких яйця могли б «ожити». Вони визначають, що необхідна вологість, характерна для давніх часів, і занурюють яйця у резервуари з водою. Через три тижні яйця «тріскаються», і з них «вилуплюються» тварини — іграшки. Діти вирішують організувати на планеті науковий заповідник для догляду за ящерами. Частина території обгороджують і заселяють «новонародженими», іншу відводять під бурштинові розробки. Усі знахідки діти малюють, складають звіт і повертаються в Центр.

У рамках іншого сценарію можна уявити планету, де колись існувала цивілізація гігантських розумних комах. Внаслідок падіння комети та раптових змін клімату ці істоти були «законсервовані». Наприклад, павуки мешкали в розкішних палацах і вирощували великих мух як свійських тварин.

Ці приклади — лише початок захопливої гри-дослідження, яка надихає як дітей, так і педагогів. Сюжет може бути абсолютно фантастичним, однак навіть у такій формі заняття не

втрачає своєї пізнавальної цінності. Найголовніше – це змодельовати дослідницький процес: розкопки за допомогою інструментів, що імітують справжні знаряддя праці вчених, фіксацію артефактів, створення гіпотези, яка об'єднує всі елементи в єдину картину. Такі гіпотези – це свого роду казки, побудовані на основі візуальних підказок, які сприяють активному самовираженню дитини – основі її гармонійного розвитку в умовах дошкільної освіти.

Прийоми малювання піском

Малювання піском – це унікальний вид художньої діяльності, який поєднує в собі творчість, тактильні відчуття та психотерапевтичний ефект. Це не лише захопливий спосіб вираження, а й ефективний інструмент для розвитку дрібної моторики, уваги, концентрації уваги та зняття емоційної напруги. Розглянемо основні прийоми малювання піском, які можна використовувати в роботі з дітьми та дорослими.

1. Малювання на світловому столі (пісочна анімація). Це найпопулярніший і видовищний прийом, що використовує спеціальний стіл із підсвічуванням знизу. Пісок насипається тонким шаром на скляну поверхню, що світиться. Художник створює зображення, переміщуючи пісок пальцями або спеціальними інструментами, а світло, проходячи крізь тонші шари піску, створює контраст і об'єм. Зображення можуть постійно змінюватися, перетікаючи одне в одне. Прийоми:

- «Розрівнювання»: Розгладжування піску долонями або всією поверхнею руки для створення рівномірного фону. Це може бути початком для нового малюнка або способом «очистити» простір.
- «Крапки»: Легке торкання піску подушечками пальців для створення дрібних деталей або текстур.
- «Лінії»: Проведення пальцями (одним, двома, всіма) або ребром долоні для створення контурів, звивистих доріжок, хвиль.
- «Плями»: Розсипання піску з кулака або дрібки для створення об'ємних ділянок або тіней.
- «Розтирання»: Кругові або хаотичні рухи пальцями чи долонею для створення м'яких переходів, диму, хмар.
- «Вибивання»: Легкі постукування по столу, щоб пісок «стрибнув» і створив ефект блискіток або дощу.

Малювання на звичайній плоскій поверхні. Цей прийом не потребує спеціального обладнання і може бути реалізований на будь-якій темній (для кращого контрасту) однотонній поверхні. Пісок (часто кольоровий) розсипається на папір, картон, лоток або стіл. Малюнок створюється так само, як на світловому столі, але без ефекту підсвічування. Для кращого візуального ефекту можна використовувати кольоровий пісок. Прийоми: аналогічні прийомам на світловому столі («крапки», «лінії», «розрівнювання», «плями»).

3. Малювання піском по клею (аплікація з піску). Цей прийом дозволяє створювати стаціонарні картини з піску, які можна зберігати. На щільну основу (картон, фанера) наноситься контур малюнка олівцем. Потім окремі ділянки покриваються клеєм (ПВА або спеціальний для піску), і зверху насипається пісок. Після висихання зайвий пісок струшується. Можна використовувати кольоровий пісок для різних ділянок. Прийоми:

- «Контур»: Нанесення клею по контуру малюнка, а потім обсіпання його піском.
- «Заповнення»: Нанесення клею на більшу площу і рівномірне покриття її піском.
- «Багат шаровість»: Створення об'ємних зображень шляхом нанесення піску в кілька шарів або використання піску різної фракції.

4. Малювання піском та водою (ліплення з мокрого піску). Цей прийом тісно пов'язаний з піщаною терапією, де пісок не лише малюється, а й ліпиться. До піску додається вода, що дозволяє йому тримати форму. Дитина може ліпити об'ємні фігури, будувати замки, гори, тунелі, що є повноцінним малюванням у просторі. Прийоми:

- «Ліплення форм»: Створення об'ємних фігур руками (колобок, пірамідка, будинок).
- «Будівництво»: Зведення цілих піщаних міст, ландшафтів.
- «Формування рельєфу»: Створення гір, долин, річок на пісочниці.

5. Відбитки та штампи. Використання рук, предметів або спеціальних штампів для створення відбитків на піску. Прийоми:

- «Відбитки долонь/пальців»: Прикладання долонь або пальців до піску для створення

рельєфних візерунків.

- «Сліди»: Створення слідів тварин, людей за допомогою мініатюрних фігурок або власних пальців.
- «Штапування»: Використання різних предметів (іграшки, камінці, листя, спеціальні штампи) для створення повторюваних візерунків.

6. Малювання паличками/спеціальними інструментами. Замість пальців для малювання по піску використовуються тонкі палички, пензлики, гребінці, спеціальні стеки. Прийоми:

- «Тонкі лінії»: Створення дрібних, деталізованих ліній.
- «Текстури»: Використання різних інструментів для створення різноманітних текстур (борозенки, крапочки).
- «Прибирання»: Використання пензлика для «змітання» зайвого піску або створення ефекту розмиття.

Переваги пісочної анімації:

Малювання піском створює оптимальні умови для розвитку зосередженості, зацікавленості й пізнавальної активності дитини. Така діяльність активізує як інтелектуальні, так і емоційні резерви. Завдяки участі обох рук у процесі малювання, стимулюється робота обох півкуль мозку. Поєднання сенсорного досвіду, образного мислення, моторної активності та радості творчості забезпечує глибокий терапевтичний ефект.

Окрім розвитку креативності, робота з піском сприяє формуванню графо–моторних навичок. У світлі сучасних вимог програми дошкільного виховання «Дитина», важливим є створення умов для удосконалення рухів руки та дрібної моторики через взаємодію з природними матеріалами.

Пісочниця є ідеальним простором для поєднання моторної активності з розвитком зорово–рухової координації, просторової та слухової уваги. Тренування точних і контрольованих рухів рук позитивно впливає на розвиток мовлення, здатність зосереджуватись, а також покращує загальну пізнавальну діяльність дитини.

Пісочна анімація сприяє розвитку таких психічних процесів:

1. Уваги – малювання вимагає концентрації, що сприяє розвитку здатності зосереджуватись на завданні;
2. Конструктивного мислення і фантазії – пісочні образи мають абстрактний характер, тому дитина навчається самостійно «домислювати» і надавати їм значення;
3. Моторної пам'яті – кожен новий рух спирається на попередній досвід, що активізує запам'ятовування і повторення;
4. Зорового та тактильного сприймання – дитина навчається пов'язувати візуальні образи з відповідними словами й застосовувати це у практичній діяльності.

Психологічні ігри з піском

Завдання «Моя сім'я». Запропонуйте дитині вибрати з–поміж фігурок або предметів ті, які, на її думку, символізують членів її родини. Важливо не втручатися в вибір, навіть якщо хтось із рідних не був згаданий. Попросіть дитину розмістити фігурки у піску так, як вона вважає за потрібне. Сценарій може бути таким: «Увечері всі вдома, кожен займається своїми справами». Зверніть увагу, хто розміщений у центрі – це може багато сказати про емоційний стан дитини та її стосунки з родиною. Поставте делікатні запитання: хто зображений у центрі й чому, як пов'язані між собою інші персонажі. Запропонуйте поміркувати, кому з них добре, а кому – ні, і з яких причин.

Ця проста вправа може стати ключем до розуміння емоційного стану дитини та її ставлення до рідних. Якщо результати гри викликають запитання або занепокоєння, краще звернутися до психолога, а не поспішати з висновками.

Вправа «Мої друзі». Як і в попередньому завданні, дитині пропонують обрати фігурки, що уособлюють її друзів, дати їм імена. Якщо серед них з'являються вигадані персонажі – це також має значення. Під час бесіди можна з'ясувати, як дитина взаємодіє з однолітками, чи має близьких друзів, як сприймає себе у дитячому колективі.

Ставте м'які уточнювальні запитання:

- «Хто зображений із твоєї групи?»
- «Чому ти вибрав саме Іванку, а Остапчика – ні?»

– «Що стало причиною сварки між вами?»

Заохочуйте дитину відкрито висловлювати свої думки й почуття. Пропонуйте ненав'язливі варіанти вирішення конфліктів. Якщо під час гри дитина змоделює успішне подолання труднощів, це може позитивно вплинути на її поведінку у реальному житті.

АРТ–ТЕХНОЛОГІЇ В МУЗИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ДІТЕЙ (МУЗИКОТЕРАПІЯ, ВОКАЛОТЕРАПІЯ)

Історія музикотерапії

Роль музикотерапії у роботі з дітьми: історія, наукові основи та перспективи. Музика є універсальним засобом комунікації, особливо важливим для взаємодії з дітьми, які ще не оволоділи понятійно–смысловим апаратом дорослої мови. Невербальні засоби, зокрема рух і спів, які природно притаманні дітям, дозволяють їм вільно виражати себе та відчувати успіх у комунікації. Саме через музичну експресію дитина отримує можливість самовираження, що є важливим для її емоційного та психічного розвитку.

Історичні витоки музикотерапії. Ідея про лікувальну силу музики має глибоке історичне коріння. Ще у Стародавньому Єгипті, Греції та Римі музику використовували під час оздоровчих обрядів. За словами польського педагога і композитора Тадеуша Натансона, уже тоді була визнана позитивна дія музики на фізичний і психічний стан людини. У XVIII столітті вплив музики на організм активно досліджувався в межах медицини, насамперед у психотерапії.

Наукові основи музикотерапії. Музика впливає на людину через звук – основу її матеріальної структури. Частотні коливання музичних звуків резонують з окремими системами організму, активізуючи фізіологічні процеси. Науково доведено зв'язок між частотою звуку та діяльністю органів, що робить музику ефективним засобом біорезонансної терапії. Французький дослідник А. Томатіс виявив, що музика В. А. Моцарта має виразний позитивний вплив на когнітивну активність, покращуючи концентрацію, увагу та загальний психофізіологічний стан. Цей феномен отримав назву «ефект Моцарта» або «звуковий вітамін С».

Встановлено, що звук – потужний носій інформації, здатний впливати на мозок незалежно від його джерела – чи то шум, чи симфонічний концерт. Звукотерапія, відповідно до сучасної класифікації, охоплює:

- музикотерапію,
- словотерапію,
- терапію звуками природи,
- ультразвукове лікування.

Вплив музики на психофізіологічні процеси. Дослідження показали, що прослуховування музики:

- нормалізує дихання та серцеву діяльність,
- знижує втому та стимулює бадьорість,
- сприяє зняттю психоемоційної напруги.

Ю. Цагареллі вивчав вплив класичної і джазової музики на студентів після екзаменів: 91% студентів відчули зниження стресу під впливом класичної музики, тоді як джаз викликав позитивні зміни лише у 52% опитаних, а у решти – емоційне напруження навіть зросло.

Особливо цікавим є вплив музики на плід: програма «Сонатал» для пренатального музичного виховання, яка впроваджувалась у жіночих консультаціях, сприяла гармонійному фізіологічному та емоційному розвитку дитини ще до народження. Дослідження показали, що діти, які слухали музику в утробі, демонстрували кращі показники розвитку: раніше починали тримати голову, сидати, говорити.

Практика та впровадження музикотерапії. У 1990–х роках у США музикотерапія стала активно застосовуваним методом лікування. Наприклад, п'ятикасєтна терапевтична програма професора Кіна Дічвайльда допомогла пацієнтам справлятися зі стресом, знижувати тривожність і стимулювати креативність.

Музикотерапія також використовується для розвитку інтелектуальних можливостей. Лікар Мак Каулін довів, що спеціально підібрана музика, завдяки гармонізації діяльності обох півкуль мозку, стимулює когнітивні процеси.

В Україні музикотерапевтична освіта представлена поодинокими ініціативами. Один з прикладів – співпраця Запорізького національного університету з університетом у Магдебурзі (Німеччина), у межах якої було проведено дистанційний курс з основ групової музикотерапії для студентів спеціальності «соціальна педагогіка і психологія».

Перспективи розвитку музикотерапії. Майбутнє музикотерапії виглядає перспективним завдяки розвитку технологій та наукового розуміння механізмів її впливу. Очікуються такі нові напрями:

1. Віртуальна реальність та телемедицина. Інтеграція VR–технологій створить глибші терапевтичні занурення, а телемедицина – розширить доступ до музикотерапії для віддалених чи вразливих груп населення.
2. Ментальне здоров'я на робочому місці. Музикотерапія може бути частиною корпоративних програм, спрямованих на зниження стресу та підвищення емоційної стабільності працівників.
3. Освітні програми для молоді. Використання музики як засобу розвитку емоційного інтелекту, комунікативних та творчих навичок у школі та позашкільному навчанні.
4. Спортивна психологія. Музика здатна підвищувати концентрацію, мотивацію та сприяти відновленню спортсменів.
5. Інтеграція з іншими терапіями. Комбінування музикотерапії з когнітивно–поведінковою терапією, арт–терапією та іншими методиками для посилення терапевтичного ефекту.

Музикотерапія як засіб психоемоційного розвитку дітей

Музикотерапія (від грец. *mousike* – музика, *therapeia* – лікування) – це напрям арт–терапії, що вивчає можливості музичного мистецтва впливати на психоемоційний стан людини. Йдеться не про лікування в клінічному розумінні, а про м'який психосоціальний вплив, який сприяє зміцненню психосоматичного здоров'я, гармонізації внутрішнього стану особистості, її адаптації до соціального середовища.

Музика виступає не лише фоновим супроводом, що створює сприятливу атмосферу, а є активним терапевтичним інструментом, здатним викликати позитивні зміни в емоційній сфері, поведінці та загальному самопочутті людини.

Показання до застосування музикотерапії у роботі з дітьми:

- негативна Я–концепція та знижене самоприйняття;
- емоційна нестабільність, тривожність, імпульсивність, агресивність;
- страхи, емоційне відчуження, почуття самотності;
- порушення у розвитку комунікативних навичок;
- стресові та депресивні стани;
- неадекватна поведінка, труднощі у міжособистісній взаємодії;
- сімейні конфлікти, соціальна ізоляція.

Мета та завдання музикотерапії. Музикотерапія – це цілісний психотерапевтичний підхід, що використовує елементи музики (ритм, мелодію, гармонію, тембр) для покращення психічного, емоційного, фізичного та соціального стану людини. Залежно від індивідуальних потреб клієнта, музика застосовується як у пасивній (прослуховування), так і в активній формі (вокал, гра на інструментах, імпровізація).

Основні цілі музикотерапії:

1. Емоційне розвантаження та вираження почуттів. Допомагає дітям та дорослим усвідомлювати, проживати та конструктивно виражати складні емоції: страх, злість, смуток, радість.
2. Розвиток когнітивних функцій. Музична діяльність покращує концентрацію уваги, пам'ять, мислення, стимулює креативність та мовленнєву активність.
3. Покращення моторики та координації рухів. Використання ритмічних вправ, танців або гри на музичних інструментах сприяє розвитку дрібної та загальної моторики, особливо

у дітей з неврологічними розладами.

4. Формування соціальних навичок та комунікації. Групова музична діяльність стимулює співпрацю, емпатію, розвиток мовлення та взаєморозуміння, що особливо актуально для дітей з РАС або соціальними труднощами.
5. Психологічна релаксація та зменшення стресу. Музика сприяє зниженню рівня тривожності, відновленню психоемоційного балансу, створенню відчуття безпеки.

Фізіологічні та психологічні ефекти музики

Фізіологічні ефекти:

- Регуляція серцево-судинної системи: музика впливає на частоту серцебиття, тиск і дихання, знижує фізичні прояви стресу.
- Знеболювальний ефект: сприяє зменшенню відчуття болю, особливо у станах після хірургічних втручань або при хронічних хворобах.
- Стимуляція імунітету: слухання музики сприяє виробленню антитіл і знижує рівень гормонів стресу.
- Розвиток моторики: активна участь у музикуванні покращує рухову активність і координацію.

Психологічні ефекти:

- Поліпшення емоційного стану: викликає позитивні емоції, сприяє зниженню тривожності та депресії.
- Активація когнітивних функцій: музика стимулює пам'ять, мислення, увагу.
- Емоційна регуляція: дає змогу прожити й обробити неусвідомлені почуття.
- Покращення соціальної адаптації: музична діяльність сприяє спілкуванню, співпраці, емоційному контакту з іншими.

Вплив музики на дитячий організм:

- зміцнює психофізичне здоров'я;
- сприяє корекції поведінкових проявів (гіперактивність, ізольованість);
- активізує емоційну чуйність;
- стимулює розвиток мовлення, комунікативних і соціальних навичок;
- покращує координацію рухів та загальну рухову активність;
- створює атмосферу емоційного комфорту.

Музикотерапія в освітньому середовищі

- Розвиток когнітивних здібностей. Застосування музикотерапії сприяє покращенню концентрації уваги, пам'яті, мислення та виконавчих функцій, що є важливими складовими успішного навчання та інтелектуального розвитку дітей.
- Формування соціально-емоційних навичок. Музикотерапевтичні практики допомагають дітям краще розуміти власні емоції, налагоджувати взаємодію з однолітками та розвивати комунікативні здібності. Це особливо ефективно у роботі з дітьми, які мають особливі освітні потреби, зокрема з розладами аутистичного спектра.
- Стимулювання творчого потенціалу. Музика відкриває дітям простір для самовираження, сприяє розвитку уяви, креативного мислення та формуванню впевненості в собі, що позитивно впливає на їхню особистісну зрілість та психологічне благополуччя.

Принципи музикотерапії

1. Медичний принцип – «Не нашкодь». Основоположним етичним орієнтиром у музикотерапії є дотримання принципу безпечності для клієнта. Жодне втручання не повинно поглиблювати його психоемоційний стан або викликати дискомфорт. Терапевт зобов'язаний діяти з максимальною обережністю, забезпечуючи підтримувальне середовище, де музика виконує роль м'якого регулятора психофізіологічних процесів, а не інструмента маніпуляції.
2. Первинність музичного впливу. У центрі музикотерапії – саме музика, її структура, емоційне наповнення, ритм і тембр. Музика є самостійним терапевтичним засобом, а не лише фоном для медичних процедур. Вона не просто супроводжує лікування, а

виступає головною активною складовою, яка безпосередньо впливає на свідомість, емоції, моторику і загальне самопочуття людини.

3. Пріоритет активної творчості. Ефективність музикотерапії значно зростає, коли учасники не лише слухають музику, а й активно включаються у творчий процес: співають, грають на інструментах, імпровізують, створюють ритмічні або мелодійні композиції. Така активність розвиває самовираження, координацію, впевненість у собі та емоційний контакт із оточенням.
4. Цілісний підхід до особистості. Музикотерапія розглядає людину не лише як об'єкт впливу, а як цілісну особистість із власними потребами та потенціалом. У роботі враховуються всі аспекти людського буття – фізичний, емоційний, когнітивний, соціальний та духовний. Саме поєднання цих складових забезпечує глибину терапевтичного ефекту.
5. Індивідуалізація терапевтичного підходу. Кожен учасник терапії – унікальний. Тому музикотерапевтичні програми адаптуються з урахуванням віку, психологічного стану, інтересів, життєвого досвіду, музичних уподобань та рівня розвитку дитини чи дорослого. Це дозволяє створити найбільш ефективний і дбайливий підхід до кожного.
6. Невербальне спілкування. Музика виступає універсальною мовою емоцій. Вона дозволяє передати почуття, які важко або неможливо висловити словами – це особливо цінно у роботі з дітьми, людьми з комунікативними труднощами або психоемоційними бар'єрами. Через ритм, мелодію та темп клієнти вчаться розпізнавати і регулювати власний емоційний стан.
7. Терапевтичні стосунки. Взаємодія між терапевтом (або педагогом) та учасником є ключовим елементом процесу. Безпечна, підтримувальна і довірлива атмосфера забезпечує ефективність терапії, створює основу для емоційного відкриття, прийняття та саморозкриття.

Принципи рецептивної музикотерапії та функціональна музика

У рецептивній музикотерапії ключову роль відіграє слухання музики. Такий підхід передбачає пасивне, але глибоко емоційне і когнітивне сприймання музичних творів, які спеціально підібрані для стимуляції певних психофізіологічних реакцій.

Особливе місце займає так звана *функціональна музика* – це вид музичного мистецтва, який використовується як супровід до навчальної, трудової або побутової діяльності. Основна її мета – опосередкований вплив на людину з метою:

- зниження втоми,
- підвищення продуктивності розумової та фізичної праці,
- регуляції психоемоційного стану,
- створення сприятливого фону для навчання чи праці.

Функціональна музика підбирається за такими критеріями, як темп, ритміка, гармонічна структура та темброве забарвлення, з урахуванням особливостей аудиторії (вік, стан здоров'я, специфіка діяльності тощо). Вона сприяє гармонізації внутрішнього стану особистості й стимулює природні резерви організму до саморегуляції.

Форми та види музикотерапії

- 1) спільне прослуховування музичних творів, спрямоване на підтримку вербальних комунікативних контактів (комунікативна форма);
- 2) досягнення катарсису (реактивна форма);
- 3) зниження нервово-психічної напруги (регулятивна форма);
- 4) терапевтично спрямована музична діяльність, пов'язана з відтворенням казок, оповідань, з фантазуванням уявних образів у дискурсі, з мовленнєво-мовною імпровізацією.

Форма заняття	Характеристика
Індивідуальні заняття	Проводяться з дітьми, які потребують особливої уваги (порушення розвитку, гіперактивність тощо).
Групові заняття	У межах освітнього процесу в групах; сприяють розвитку соціалізації та емоційної взаємодії.

Інтегровані заняття	Включення елементів музикотерапії до інших видів діяльності (казка, гра, ліплення, рух).
---------------------	--

Методи музикотерапії класифікують по-різному (К. Швабе):

Метод	Приклади/Опис
Рецептивний	Слухання класичної, етнічної, природної музики, музичних казок
Активний	Спів, гра на інструментах, ритмопластика
Імпровізаційний	Вільна гра на інструментах, музично-рухова імпровізація
Вокалотерапія	Вправи на дихання, інтонування, розспівки
Танцювально-рухова терапія	Ритмічні вправи, танці, пластика

– рецептивну музичну терапію, яка передбачає використання музичної комунікації у формі репродуктивно-рецептивних дій;

– активну музичну терапію, куди входить інструментальна імпровізація, терапія співом, рухова імпровізація під музику, танцювальна терапія.

Є й інші підходи до класифікації методів музикотерапії. Наприклад, *рецептивну музикотерапію поділяють на:*

– комунікативну (спільне прослуховування музики, спрямоване на підтримку контактів взаєморозуміння й довіри);

– реактивну (спрямовану на досягнення катарсису) та регулятивну (яка сприяє зниженню нервово-психічного напруження).

Методи та форми музикотерапії в роботі з дітьми

У сучасній педагогічній практиці широко використовується різноманітна класифікація методів музикотерапії. Вона допомагає фахівцям ефективно поєднувати цілі навчання й виховання з можливостями емоційного й психофізіологічного впливу музики на дітей. Найчастіше педагоги поділяють методи на кілька груп:

- Методи, спрямовані на емоційне відреагування, які активізують внутрішній світ дитини, дозволяють вивільнити накопичені емоції.
- Релаксуючі, комунікативні, творчі та тренінгові методи, що реалізуються через музичну, вокальну, рухову імпровізацію, допомагають у розвитку міжособистісних навичок, зниженні тривожності, формуванні емоційної виразності.
- Психоделічні, екстатичні, естетизуючі та споглядальні методи, які занурюють дитину у світ музичного переживання, даючи змогу пізнати красу звуку, глибину емоцій і багатство образного мислення.
- Методи музичного тренінгу чутливості, що формують здатність «чути» життя у музиці, розрізняти настрій, динаміку, образи, інтонації, допомагають формувати художній слух та чуттєвість.

Пасивна та активна музикотерапія: сутність і переваги

Музикотерапія базується на цілісному підході до особистості дитини й реалізується у двох основних формах: пасивній (рецептивній) та активній.

Пасивна музикотерапія. Ця форма передбачає слухання музики без активної участі у її створенні. Особливу увагу приділяють добору різножанрових музичних творів, які мають заспокоїливий, гармонізуючий або стимулювальний ефект.

Основні завдання пасивної музикотерапії:

- зниження психоемоційного напруження;
- формування художньо-естетичних смаків;
- розвиток здатності до емоційного співпереживання;
- навчання розпізнаванню емоційних станів через музику.

Прослуховування музики сприяє очищенню від негативних емоцій (ефект катарсису), стабілізації настрою та створенню сприятливого емоційного фону для подальшої активності.

Активна музикотерапія. Цей напрямок включає активну участь дитини в музичному

процесі: спів, гру на інструментах, імпровізацію, танцювальні рухи, ритмічні вправи. Основна мета – забезпечити самовираження, зниження напруги, розвиток сенсомоторики та емоційної регуляції.

Особливості активних форм:

- сприяють розвитку моторики, мовлення, уваги, самоконтролю;
- забезпечують психоемоційне розвантаження;
- підвищують самооцінку та впевненість у собі.

Конкретні активні методи музикотерапії

1. *Гра на музичних та шумових інструментах.* Діти знайомляться з різними інструментами, експериментують зі звучанням, імітують явища природи (наприклад, дощ, вітер, тварини). Така діяльність сприяє розвитку дрібної моторики, координації, вмінню взаємодіяти в групі. Вибір інструмента має діагностичне значення:
 - Ударні: бажання проявити силу, впевненість, позбутися напруження.
 - Духові: потреба бути почутим.
 - Клавішні: ознака інтелектуального потенціалу.
 - Струнні: прагнення до емоційної ніжності, потреба в турботі.
2. *Вокалотерапія* (спів та вокальні вправи). Виконання пісень розвиває дихальну систему, мовлення, фонематичний слух. Пісня сприяє регуляції емоцій, формуванню позитивного настрою та активізації когнітивних функцій. Особливо ефективним є поєднання вокалу з дихальними вправами під музичний супровід, що допомагає синхронізувати дихання, рух і ритм музики.
3. *Танцетерапія.* Танцювальні імпровізації дають можливість дитині відчувати власне тіло, навчитися координувати рухи, висловити емоції через пластику. Така форма надзвичайно важлива для дітей з гіперактивністю, невпевненістю, порушенням комунікації.
4. *Імпровізація.* Створення спонтанної музики без заданого сценарію допомагає дитині розкрити свої внутрішні переживання, стимулює творче мислення та формує навички самовираження.
5. *Композиторська діяльність.* Написання мелодій або простих пісень дозволяє дитині вербалізувати власні емоції через музику, розвиває креативність і самоусвідомлення.

Пасивні форми музикотерапії

1. *Прослуховування музики.* Підбір творів здійснюється педагогом з урахуванням віку, емоційного стану та індивідуальних особливостей дітей. Прослуховування може супроводжуватися візуалізацією, фантазуванням, рухами, що розширює його терапевтичний вплив.
2. *Музична медитація та релаксація.* Використовується для досягнення внутрішнього балансу, зняття втоми. Застосовується спокійна, плавна музика у поєднанні з дихальними техніками, уявленням позитивних образів.
3. *Музично-рефлексивна терапія.* Після прослуховування музики діти діляться своїми враженнями, почуттями, що допомагає краще усвідомлювати внутрішній стан, розвивати мовлення та емоційну грамотність.

Психофізіологічні аспекти дитячого сприймання музики

Дошкільники сприймають музику насамперед сенсомоторно – через рухи, тілесне реагування, жести. Вони віддають перевагу:

- енергійній, веселій музиці;
- музиці з яскравою динамікою, контрастним темпом і звучанням;
- маршовим і танцювальним ритмам.

Це пояснюється тим, що ритм – це первинний код, який дитина засвоює ще до народження, через біоритми матері. Тому саме ритм відіграє провідну роль у впливі музики на психіку дитини.

Музикотерапія та музикомалювання в освітньо-терапевтичному просторі ЗДО. Для збагачення слухових і зорових уявлень дітей, розвитку емоційно-образного мислення та внутрішньої гармонії ефективним є використання занять із музикомалювання. Така діяльність

інтегрує музику й образотворче мистецтво, створюючи унікальні умови для самовираження, зняття емоційного напруження та внутрішньої трансформації дитини. Музика, як могутній емоційний стимул, відкриває доступ до глибших шарів психіки, а в поєднанні з малюванням дозволяє «прочитати» стан здоров'я, настрій, тривожність, рівень емоційної напруги та потенціал до змін у розвитку дитини.

У процесі музикомалювання відбувається синтез художніх та музичних образів, що не лише стимулює творчу уяву, а й дозволяє дитині прожити свої почуття в безпечному середовищі. Такий підхід забезпечує м'яке вивільнення афектів, сприяє катарсису (очищенню через переживання), а також активізує внутрішні ресурси особистості через творчу реалізацію. Педагог ретельно добирає музичні твори відповідно до емоційного стану дитини або бажаного психотерапевтичного ефекту, а також визначає оптимальні засоби художнього відображення (фарби, кольорові олівці, графічні інструменти тощо). Наприклад, фломастери й ручки можуть використовуватися для передачі музичного ритму у графічній формі.

Терапевтичні вправи та активності в межах музикотерапії

Музикотерапія у дошкільній освіті включає різноманітні форми діяльності, які адаптуються до віку, емоційного стану та індивідуальних потреб дитини:

1. Ритмічні вправи – гра на барабанах, маракасах, бубнах для розвитку моторики, концентрації уваги та формування почуття ритму й комунікації в групі.
2. Музична імпровізація – створення власної музики без інструкцій, що стимулює спонтанність, креативність та самовираження.
3. Написання пісень – діти складають тексти пісень і мелодії, що допомагає вербалізувати почуття, знижує внутрішню напругу та сприяє рефлексії.
4. Музичні оповідання – за допомогою інструментів або вокалу діти створюють історії, що сприяє розвитку емоційного інтелекту та уяви.
5. Хоровий спів – колективне виконання пісень формує відчуття приналежності до групи, підвищує впевненість у собі, навчає співпраці.
6. Аналіз музики – обговорення змісту та настроїв прослуханого твору сприяє розвитку критичного мислення, здатності до емпатії.
7. Танцювально–рухові практики – танці під музику розвивають пластику тіла, знімають тілесні зажими та сприяють вивільненню емоцій.
8. Релаксація під музику – слухання спокійної мелодії в тиші або в положенні лежачи сприяє відновленню психоемоційного балансу.
9. Музична медитація – зосереджене слухання музики в поєднанні з візуалізаціями або дихальними вправами формує навички саморегуляції та зниження тривожності.

Ці активності забезпечують всебічний розвиток – когнітивний, емоційний, соціальний та сенсомоторний, що робить музикотерапію потужним інструментом у педагогічній та корекційній практиці.

Методичні засади організації музикотерапевтичної діяльності

Музикотерапія в умовах ЗДО базується на низці ключових принципів:

- Гуманістичний підхід: сприйняття дитини як цілісної особистості, з повагою до її темпу розвитку, потреб і переживань.
- Орієнтація на внутрішній ресурс: кожна дитина має внутрішню здатність до самозцілення та розвитку – музикотерапія активізує ці сили.
- Пріоритет невербальної комунікації: через музику дитина може виразити те, що не в змозі сформулювати словами.
- Творча самореалізація: заняття не вимагають художньої підготовки, акцент – на процесі, а не результаті.
- Поєднання почуттів і розуму: під час музичних активностей діти вчаться усвідомлювати та регулювати свої емоції.
- Інсайт–орієнтованість: музика допомагає досягнути власні почуття, досвід, внутрішні конфлікти.
- Ефективність символічної мови: музика як мова символів дозволяє працювати з

позасвідомими процесами без травматизації.

- Музикотерапія тісно пов'язана з іншими арт-практиками: образотворчістю, драматерапією, танцетерапією, утворюючи потужний мультисенсорний інструментарій, який відкриває нові горизонти в освітній і терапевтичній роботі з дітьми.

Правила застосування музикотерапії

Особливості використання музики:

- Гучність звучання повинна бути строго дозована, обов'язково помірна (не голосно, але й не тихо);
- Використовувати для прослуховування ті твори, які подобаються всім;
- Краще використовувати музичні твори, які знайомі дітям і не відволікають увагу новизною;
- Тривалість прослуховування повинна становити не більше 10 хв. Протягом усього заняття.

Приблизна структура заняття (20–25 хвилин)

1. Вступ (2–3 хв): Привітання, емоційна діагностика (гра «Який настрій?», «Сонечко і хмаринка»).
2. Основна частина (15–17 хв): Виконання музичних вправ (рух під музику, спів, гра на шумових інструментах, прослуховування музики).
3. Завершення (3–5 хв): Релаксація, підбиття підсумків, ритуал прощання.

Організаційно–педагогічні умови для проведення музикотерапевтичних занять

Музикотерапевтична діяльність з дітьми дошкільного віку доцільна в просторому, добре провітрюваному приміщенні з можливістю регулювання освітлення (музичний або спортивний зал, велика групова кімната). Важливо, щоб педагог мав достатню кількість музичних інструментів (фортепіано, народні, шумові, дитячі елементарні та саморобні інструменти), володів уміннями гри на них. Забезпечення сучасними технічними засобами (аудіо– та відеоапаратура), систематизованою фонотекою музичних записів, а також розмаїттям дидактичних матеріалів та ігрових засобів сприяє створенню позитивної, комфортної атмосфери.

Перед початком кожного заняття важливо підготувати дітей до сприймання музики: посадити зручно, створити умови для розслаблення й концентрації уваги. Педагог формує у дітей очікування емоційного контакту з музикою, націлює на внутрішнє занурення в переживання та образність твору.

Структура музикотерапевтичного заняття включає:

- ритуал вітання;
- танцювально–рухові вправи;
- дихальну гімнастику та пальчикові ігри;
- слухання музики (активне й пасивне);
- спів та інсценізацію;
- музикування на інструментах;
- елементи музичної гри;
- релаксаційний блок;
- завершальне прощання.

Важливою є побудова заняття за принципом динамічного контрасту: чергування емоційно збуджуючих та заспокійливих форм активності. Такий підхід дозволяє поступово вивести дітей на пік емоційного переживання, а потім м'яко стабілізувати їхній психоемоційний стан.

В окремих випадках (наприклад, при надмірному збудженні або пригніченості на початку зустрічі) структура заняття може коригуватись відповідно до поточного емоційного фону групи. Однак незмінною лишається потреба досягнення емоційної кульмінації з подальшим зниженням напруги.

Ритуал початку та завершення заняття виконує важливу психоемоційну функцію.

Рекомендується використання одного й того ж інструменту для сигналу переходу (наприклад, дзвіночок, бубон або трикутник), що сприяє формуванню відчуття стабільності та безпеки.

Після ритуального сигналу доцільно виконати пісенне або інструментальне вітання, звернене як до всієї групи, так і персонально до кожної дитини. Таке звернення сприяє підвищенню самооцінки, формуванню відчуття індивідуальної значущості, розвитку емоційного інтелекту.

Альтернативним є «інструментальний діалог», коли педагог звертається до дитини мовою музики (через інструмент), а дитина відповідає тим же способом. Також ефективними є ігрові форми вітання з використанням голосів тварин або птахів, що сприяє розвитку образного мислення і зниженню тривожності.

Форми проведення: індивідуальні або міні-групові (по 3–5 осіб) сеанси. У процесі сприймання музики педагог або психолог супроводжує дитину в уявну подорож до внутрішнього світу образів, заохочуючи до фантазування, співпереживання. Слухання музичних композицій природного звучання (наприклад, «Шум дощу», «Морський прибій», «Солов'їний спів») сприяє емоційному розвантаженню та гармонізації внутрішнього стану.

Музичний матеріал підбирається індивідуально, відповідно до емоційного настрою дитини або групи. Наприклад:

1. Перший твір має створити спокійну атмосферу та підготувати до занурення у заняття.
2. Другий – динамічний, ритмічний, стимулює соціальну взаємодію та збуджує позитивні емоції.
3. Третій – заспокійливий, завершує зустріч, сприяє внутрішній гармонії.

Для терапевтичного впливу музика добирається за *принципом емоційного резонансу*: на початку – твір, що відображає поточний стан дитини, далі – композиції, які поступово змінюють настрій, ведуть до психоемоційної стабілізації. Завершальний твір має бути життєствердним, енергійним, що викликає у дітей радість і натхнення.

У якості релаксаційної музики доцільно застосовувати твори класичних композиторів:

- Ф. Шуберт «Аве Марія»
- К. Сен-Санс «Лебідь»
- Ф. Ліст «Мрії кохання» або композиції зі звуками природи.

Живе виконання музики або моделювання ситуацій, коли дитина уявляє себе музикантом чи диригентом, посилює залученість та емоційну відкритість. Важливо, щоб дитина могла спонтанно виражати емоції через рухи, спів, міміку або імпровізацію.

Імпровізаційна діяльність (спів, ритміка, рухи) надає дітям змогу контактувати з власними переживаннями, не соромитися власного звучання, бути вільними від оцінювання. Така практика сприяє формуванню глибшого контакту із собою.

У групових формах роботи доцільним є обговорення музичних творів, створення малюнків за мотивами музики, музичні ігри. Пасивна рецептивна музикотерапія передбачає систематичне прослуховування композицій, які сприяють зниженню психоемоційного напруження, стабілізації поведінки.

Приклади музичних творів для дітей з високим емоційним тонусом:

- Е. Гріг – «Ранок»
- В. Косенко – «Дощик»
- Я. Степовий – «Колискова»
- Б. Дваріонас – «Прелюдія»
- В. А. Моцарт – «Веснянка»

Для стимулювання пригнічених, пасивних дітей рекомендовано:

- С. Майкапар – «Метелик»
- Ю. Щуровський – «Півник-задирака»
- Д. Кабалевський – «Клоуни»
- М. Мусоргський – «Гопак»
- М. Лисенко (обробка) – «Кучерява Катерина»

Ефективним компонентом є *вокалотерапія*, що активізує роботу дихальної системи, м'язів тулуба та внутрішніх органів. Навчання діафрагмальному диханню покращує загальний психофізичний стан і є природним способом саморегуляції.

Прийоми та форми музикотерапевтичної роботи з дітьми

Засоби стимулювання мовленнєвої активності та емоційного розвантаження дітей у процесі музичного супроводу. У практиці дошкільної освіти ефективними інструментами розвитку мовлення, креативності, емоційної врівноваженості та психофізіологічного стану дитини є комплекс музично–терапевтичних, ігрових і психорозвивальних вправ. Серед них особливе місце займають:

- ритмомовленнєва гра;
- аудіозаписи природних звуків;
- пластична імпровізація;
- вправи на напруження та розслаблення м'язів;
- вокалотерапія (спів);
- ігри з пальцями (пальчикова гімнастика);
- релаксаційні музично–рухові вправи.

Ритмомовленнєві ігри та вправи. Ці вправи спрямовані на вдосконалення мовленнєвого апарату дитини. Вони сприяють формуванню відчуття ритму, розвитку артикуляції, чіткої дикції та виразного мовлення. Комбінування ритмічних мовленнєвих зразків із рухами рук чи тіла значно полегшує процес відтворення мовних конструкцій, роблячи його привабливішим і результативнішим для дітей.

Слухання звуків природи. Прослуховування звукового середовища природи (шелесту листя, співу птахів, дзюрчання води тощо) позитивно впливає на дитячу нервову систему, сприяє розвитку концентрації уваги, формуванню емоційно–образного мислення, уяви та внутрішньої гармонії.

Пластична імпровізація. Цей вид творчої діяльності стимулює дітей вільно передавати свої емоції та музичні враження за допомогою руху. Імпровізація формує вміння виражати почуття невербально, сприяє розвитку емоційного інтелекту, покращує взаєморозуміння та командну взаємодію. Рекомендується використовувати яскраві візуальні елементи (стрічки, хустки, листочки, м'які іграшки), які підсилюють враження від музичного супроводу, активізують уяву та стимулюють творчу активність дитини.

Вправи на регуляцію м'язового тону. Такі вправи спрямовані на розвиток навичок саморегуляції тіла, вміння свідомо напружувати й розслабляти певні групи м'язів. Це важливий етап у формуванні тілесної самосвідомості, що сприяє покращенню координації, рівноваги та моторики.

Вокалотерапія (спів). Пісенна діяльність має не лише естетичне, а й фізіологічне значення. Під час співу відбувається вібраційне масажування внутрішніх органів, активізується мозкова діяльність і зміцнюється дихальна система. Використання діафрагмального дихання під час співу допомагає знизити ризик простудних і бронхолегеневих захворювань, стабілізує психоемоційний стан, покращує концентрацію уваги та підвищує життєвий тонус.

Пальчикові ігри. Цей вид діяльності поєднує ритмічні мовленнєві зразки з моторикою пальців. Він активізує мовленнєву діяльність, сприяє розвитку дрібної моторики, що безпосередньо пов'язано з розвитком мовлення, мислення та підготовки руки до письма.

Релаксаційні вправи. Дошкільники часто потребують відновлення емоційного балансу. Слухання спокійної, гармонійної музики у поєднанні з дихальними вправами або візуалізацією сприяє зниженню напруги, розвитку емоційної саморегуляції, концентрації уваги та формує навички внутрішньої гармонізації. Ефективною є музика в темпі 60 ударів на хвилину – такий ритм близький до частоти серцевих скорочень у стані спокою.

Приклади музичних творів для різних частин дня:

Для ранкового прийому (формування позитивного настрою, активізація):

- Едвард Гріг – «Ранок» (сюїта «Пер Гюнт»)
- Оркестр Поля Моріа – легка інструментальна музика
- К. Сен-Санс – «Карнавал тварин»

Для денного сну (створення умиротвореного стану, релаксація):

- Річард Клейдерман (фортепіанні мелодії)

- Л. Бетховен – соната №14 «Місячна»
- Й.С. Бах – Ш. Гуно «Аве Марія»
- Для вечірнього слухання (розслаблення, зниження напруги):*
- Ф. Мендельсон – «Концерт для скрипки з оркестром»
- Й.С. Бах – органні твори
- А. Вівальді – «Пори року»
- Звуки природи (дощ, ліс, струмок, океан)

Використання музичних, рухових і мовленнєвих арт–практик у поєднанні з елементами терапії та релаксації формує у дітей дошкільного віку не лише мовленнєві та емоційні навички, а й сприяє загальному розвитку особистості, створює психологічно комфортне середовище в ЗДО, сприяє формуванню стійкого позитивного ставлення до світу, мистецтва та власного «Я».

Твори для психічної і соматичної релаксації

- Й. С. Бах. Концерт ре–мінор для клавесину з оркестром, частина II;
- Л. Бетховен. “Лунна соната”;
- А. Вівальді. Концерт до мінор для флейти з оркестром;
- А. Вівальді. “Пори року”, “Літо і зима”;
- Г. Ф. Гендель. Concerto grosso №6 соль–мінор;
- А. Дворжак. Симфонія №8 соль–мажор, частина II;
- А. Кореллі. Concerto grosso №5;
- В. А. Моцарт. Дивердисмент №17, частина II.

Для покращення мовленнєвої активності

- В. А. Моцарт. “Колискова”;
- В. А. Моцарт. Симфонія №3 ре мажор;
- В. А. Моцарт. Симфонія №36 до мажор;
- Ф. Шопен. Твори для віолончелі та фортепіано;
- Українські дитячі пісні;
- Твори для дітей А. Житкевича;
- Твори для дітей А. Й. Кос–Анатольського;
- Твори для дітей М. Лисенка.

Для розвитку образних уявлень і творчих здібностей

(на заняттях образотворчого мистецтва та художньої праці)

- Й. Гайдн. “Дитяча симфонія”;
- Е. Гріг. “Ранок” з сюїти “Пер Гюнт”;
- Е. Гріг. “Пісня Сольвейг” з оркестрової сюїти “Пер Гюнт”;
- Ф. Легар. Вальс “Золото і срібло”;
- К. Сен–Санс. “Лебідь”;
- П. Майборода. “Друзі хороші мої”;
- І. Штраус. “Марш кадетів”;
- К. М. Вебер. “Запрошення до танцю”.

Для музично–ритмічних вправ

- Р. Аддинсел. Варшавський концерт;
- Р. Бінгеп. “Серенада “Альжбетті”;
- А. Вівальді. Симфонія сі мажор;
- А. Дворжак. “Слов’янський танок” №1 до мажор;
- А. Дворжак. “Слов’янський танок” №2 ля мінор;
- М. Равель. “Болеро”;
- К. Сіндінг. “Шепіт весни”;
- Твори для дітей Л. Дичко;
- Ф. Шопен. Етюд мі мажор, “Весняний вальс”.

Музикотерапія в корекційно–реабілітаційній роботі з дітьми з ООП

Музикотерапія – це контрольоване та цілеспрямоване використання музики (або музичних елементів, таких як ритм, мелодія, гармонія, тембр) для досягнення терапевтичних, корекційних та реабілітаційних цілей. У роботі з дітьми з особливими освітніми потребами

(ООП) музикотерапія є одним з ефективних інструментів, що впливає на фізичний, емоційний, психічний, когнітивний та соціальний розвиток.

Завдання музикотерапії в корекційній роботі. Музика володіє унікальною здатністю впливати на людину на різних рівнях, що робить її незамінним засобом у роботі з дітьми з ООП. Основні завдання:

1. Корекція психоемоційного стану: Зниження тривожності, агресії, підвищення настрою, формування позитивних емоцій, розвиток емоційної чутливості та здатності до саморегуляції.
2. Розвиток пізнавальної сфери: Покращення уваги, пам'яті, мислення, сприйняття (слухового, зорового, тактильного), формування уявлень про навколишній світ.
3. Стимуляція мовленнєвого розвитку: Розвиток артикуляційного апарату, дихання, темпу та ритму мовлення, збагачення словникового запасу, стимуляція звуконаслідування та вокалізації.
4. Розвиток рухової сфери та моторики: Покращення координації рухів, ритму, пластики, формування правильної постави, розвиток дрібної та великої моторики.
5. Соціалізація та комунікація: Формування навичок взаємодії з однолітками та дорослими, подолання сором'язливості, розвиток емпатії, розширення кола спілкування.
6. Розвиток творчих здібностей: Стимулювання уяви, фантазії, самовираження.
7. Загальна гармонізація та релаксація: Зняття м'язової та нервової напруги, створення атмосфери спокою та безпеки.

Застосування музикотерапії для дітей з різними категоріями ООП:

- Діти з розладами аутичного спектра (РАС): Музика часто є одним з небагатьох засобів, що дозволяє встановити контакт. Ритмічні вправи допомагають організувати рухи, повторювані мелодії сприяють стабілізації емоційного стану. Гра на інструментах може розвивати комунікативні навички. Музика може бути засобом вираження емоцій, коли вербальна комунікація ускладнена.
- Діти з порушеннями слуху: Для них акцент робиться на вібраційному сприйнятті музики (відчуття ритму тілом, через підлогу, інструменти), візуальній підтримці (жести, картки, піктограми) та розвитку вокалізації. Спів з використанням жестів (дактильна мова) допомагає зв'язати звук зі словом.
- Діти з інтелектуальними порушеннями: Музика стимулює пізнавальну активність, покращує пам'ять та увагу. Прості ритмічні вправи, повторювані пісні, ігри на елементарних інструментах допомагають закріплювати знання та розвивати моторику. Музика також є засобом соціалізації та радісного спілкування.
- Діти з порушеннями мовлення: Музикотерапія є частиною логоритмічних занять. Спів, вправи на дихання, артикуляційні вправи під музику, проговорювання ритмічних віршів сприяють розвитку мовленнєвого дихання, артикуляції, формування правильного темпу та ритму мовлення.
- Діти з порушеннями опорно-рухового апарату: Музика мотивує до руху, покращує координацію та баланс. Ритмічні вправи, танці на стільцях, рухи з використанням атрибутів (стрічок, хусток) допомагають зміцнювати м'язи, розвивати пластику та відчуття власного тіла.
- Діти з емоційно-вольовими розладами: Музика допомагає зняти емоційне напруження, агресію, тривожність. Спокійна релаксаційна музика заспокоює, а активні музичні ігри дозволяють виплеснути негативні емоції у соціально прийнятній формі. Спів та танці покращують настрій та самооцінку.

Важливі аспекти проведення музикотерапії:

- Індивідуальний підхід: Програма музикотерапії розробляється з урахуванням індивідуальних потреб, можливостей та діагнозу кожної дитини.
- Професіоналізм фахівця: Музикотерапію має проводити спеціаліст (музичний керівник, корекційний педагог, музикотерапевт), який має знання з психології, педагогіки, дефектології та музики.
- Створення сприятливої атмосфери: Заняття повинні проходити в спокійній, підтримуючій,

безпечній та радісній атмосфері.

- Використання різноманітних матеріалів: Доступність інструментів, аудіозаписів, візуальних матеріалів, що відповідають потребам дітей.
- Співпраця з батьками та іншими фахівцями: Важливо, щоб музикотерапевт взаємодівав з психологами, дефектологами, логопедами, асистентами вихователя та батьками для досягнення найкращих результатів.

Музикотерапія є цінним компонентом корекційно–реабілітаційної роботи, оскільки дозволяє досягати значних позитивних змін у розвитку дітей з ООП, покращуючи їхню якість життя та сприяючи ефективній інтеграції у суспільство.

ТАНЦЮВАЛЬНО–РУХОВА ТЕХНОЛОГІЯ В РОЗВИТКУ ДІТЕЙ

Танцювально–рухова терапія (TRT) – це освітньо–корекційна методика, яка сягає своїм корінням глибокої давнини. Ще до виникнення словесної мови, танець слугував універсальним засобом спілкування, вираження емоцій та об'єднання людей. Він дозволяв ділитися переживаннями, надавати сакрального значення подіям та формувати тісні зв'язки через рух.

Сьогодні TRT активно використовується у різноманітних сферах: у дошкільних та шкільних установах, у роботі з людьми з інвалідністю, особами похилого віку, підлітками, майбутніми мамами, а також у психологічних центрах та програмах реабілітації. Її універсальність пояснюється тим, що вона не вимагає спеціальної фізичної підготовки чи навичок хореографії. Головною умовою є бажання вільно виражати себе через рух.

TRT: Відмінності від класичної хореографії

На відміну від традиційних танцювальних уроків, де акцент робиться на точному повторенні рухів за зразком, рухово–танцювальна терапія зосереджена на індивідуальному переживанні танцю. Фахівець не навчає стандартних танцювальних елементів, а працює з унікальним тілесним досвідом дитини, використовуючи її спонтанні рухи як ключ до розуміння її психоемоційного стану.

У контексті РТТ танець виступає як:

- Невербальний засіб самовираження: дає можливість висловити те, що важко передати словами.
- Інструмент емоційної розрядки: допомагає зняти накопичену напругу та стрес.
- Метод розвитку образного мислення: стимулює уяву та фантазію.
- Засіб формування комунікативних та соціальних навичок: сприяє взаємодії та співпраці.

Концептуальні підходи до TRT

У професійній спільноті існують різні погляди на сутність рухово–танцювальної терапії:

- Медичний підхід: РТТ розглядається як складова лікувальної фізкультури або тілесно–орієнтованих практик (наприклад, пілатес, стретчинг).
- Психологічний підхід: Це елемент індивідуальної чи групової психотерапії, що сприяє усвідомленню тіла та цілісності особистості.
- Езотеричний підхід: РТТ може сприйматися як форма медитативної чи екстатичної практики (наприклад, танець–медитація).

У професійному середовищі РТТ переважно трактується як форма психотерапії, спрямована на досягнення гармонії між тілесним і психічним. При цьому ключову роль відіграє наявність кваліфікованого спеціаліста – рухово–танцювального терапевта.

Переваги TRT для дошкільнят

Танець, будучи природною формою гри, є органічним способом пізнання себе та навколишнього світу для дитини. Він дозволяє дітям:

- Виразати емоції без слів, що особливо цінно для малюків з мовленнєвими труднощами або підвищеною тривожністю.
- Розвивати гнучкість, координацію, відчуття ритму та усвідомлення власного тіла.
- Вчитися співпрацювати в парах та групах, наслідувати, імпровізувати та взаємодіяти.

Вплив РТТ на розвиток дитини включає:

- Стимуляцію емоційного інтелекту: розвиток здатності розпізнавати та керувати емоціями.
- Активізацію психомоторних функцій: покращення координації та рухових навичок.
- Розвиток образного мислення: посилення творчого потенціалу та уяви.
- Поліпшення соціальної адаптації: сприяння гармонійній взаємодії з оточуючими.
- Зниження психоемоційної напруги: допомога у розслабленні та зниженні рівня стресу.
- Формування тілесної впевненості: підвищення самосвідомості та позитивного сприйняття власного тіла.

Елементи терапевтичного процесу в ТРТ (за Дж. Смолвуд)

Терапевтичний процес у ТРТ охоплює кілька важливих компонентів:

- Усвідомлення себе: Дитина вчиться відчувати окремі частини свого тіла, ритм дихання, розпізнавати власні емоції.
- Розвиток виразності: Розширюється діапазон рухів, дитина використовує різні характеристики руху (темп, силу, просторовість).
- Автентичний рух: Заохочується імпровізація, що виникає з внутрішніх відчуттів та емоцій, що сприяє особистісній цілісності.

Освітні та корекційні завдання ТРТ у дошкільному закладі

ТРТ у дошкільному закладі має на меті:

- Задоволення базових психофізичних потреб дитини.
- Формування навичок невербального самовираження.
- Розвиток уяви, креативності та емпатії.
- Зняття емоційного та м'язового напруження.
- Покращення навичок соціальної взаємодії.
- Формування довіри до групи та відчуття приналежності.
- Інтеграція всіх частин тіла в єдину гармонійну систему.
- Створення простору для невербального діалогу.
- Розвиток самосвідомості та тілесного «Я».

ТРТ в ігровому форматі: Приклади роботи з дітьми

Заняття з рухово-танцювальної терапії для дошкільнят зазвичай мають ігровий, сюжетний характер. Це можуть бути:

- Танцювальні казки: Діти, виступаючи в ролі героїв, рухаються відповідно до сюжетної лінії.
- Імпровізаційні ігри: На задану тему (наприклад, «В лісі після дощу») під музичний супровід.
- Груповий танець-знайомство: Кожна дитина «розповідає про себе» за допомогою рухів.
- Танцювальне коло: Форма групової взаємодії, де важлива підтримка, наслідування та синхронізація рухів.

Практичні аспекти діяльності рухово-танцювального терапевта

Фахівець з РТТ у роботі з дітьми не лише організовує рухову активність, а й виступає в ролі «дзеркала». Він відтворює рухи дитини, запрошуючи її таким чином розширити власний руховий репертуар. Це створює простір для саморефлексії, усвідомлення та трансформації внутрішніх станів через тіло.

Історичний розвиток танцювально-рухової терапії

Витоки та розвиток танцювально-рухової терапії. Танцювально-рухова терапія (ТРТ) як самостійна методика почала формуватися в 1940-х роках, значною мірою завдяки новаторській діяльності Меріан Чейс. Працюючи в лікарні Святої Єлизавети у Вашингтоні,

вона інтуїтивно використовувала танець для встановлення контакту з пацієнтами, яких вважали «безнадійними». З часом фахівці психіатричних закладів почали визнавати, що такі танцювальні заняття справді мали цілющий ефект. Сьогодні ТРТ широко застосовується в державних і приватних клініках, реабілітаційних центрах, а також у спеціалізованих установах та школах для людей з фізичними чи психоемоційними труднощами.

Внесок Вільгельма Райха у розуміння ТРТ. Значний вклад у теоретичне обґрунтування танцювально–рухової терапії зробила концепція «м'язового панцира» Вільгельма Райха. Цей видатний психоаналітик і засновник тілесно–орієнтованої психотерапії стверджував, що фізична скутість, або «м'язовий панцир», формується ще в дитинстві. Вона пов'язана зі страхом покарання, відчуттям нерозуміння, відторгнення, а також із придушенням природних тілесних відчуттів. Накопичені згодом затискачі та блоки в тілі, на думку Райха, можуть призводити до різноманітних психологічних і соматичних захворювань. Він вірив, що виконання спонтанних рухів тіла в поєднанні зі спокійним, рівномірним диханням може допомогти зняти м'язову напругу, ефективно усуваючи внутрішні бар'єри, що заважають людині повноцінно жити.

Концепція Габріелли Ротт: «Танець п'яти ритмів». Деякі джерела приписують Габріеллі Ротт – театральному режисеру, досліднику інноваційних театральних напрямків, всесвітньо відомому педагогу танцю та автору знаменитого «Танцю п'яти ритмів» – заснування танцювально–рухової терапії як окремої психотерапевтичної дисципліни. Її внесок у розвиток ТРТ дійсно є вагомим, адже саме вона розробила спеціальні вправи, спрямовані на вирішення багатьох психологічних проблем за допомогою руху.

Центральна ідея цих вправ полягає в поділі тіла людини на *сім ключових зон*:

1. Зона 1: Голова та шия.
2. Зона 2: Плечі.
3. Зона 3: Ліктьові суглоби.
4. Зона 4: Кисті рук.
5. Зона 5: Таз та хребет.
6. Зона 6: Коліна.
7. Зона 7: Ступні.

Відповідно до цього поділу, Ротт пропонувала інтерпретувати тілесні відчуття:

- Напруга в голові та шиї (зона 1) може вказувати на розбіжність між бажаною та реальною швидкістю мислення чи дій. Можливо, це наслідок надмірно динамічного темпу життя або неефективного розподілу часу. Тут варто спробувати повернутися до комфортного для себе ритму.
- Дискомфорт у плечах (зона 2) часто свідчить про те, що людина взяла на себе забагато зобов'язань, з якими їй важко впоратися. Це може бути сигналом для перегляду життєвих цілей та пріоритетів.
- Скутість у ліктях (зона 3) може вказувати на нерішучість та надмірну скромність.
- Затискачі в кистях рук (зона 4) нерідко відображають невпевненість у власних силах.
- Дискомфорт у ділянці хребта та тазу (зона 5) може бути пов'язаний з певною мірою сексуальної закомплексованості.
- Спосіб згинання ноги в колінах (зона 6), на думку Ротт, говорить про готовність людини до потенційних життєвих змін.
- Ступні (зона 7) є показником амбіцій та прагнення зайняти певне місце в суспільстві. Якщо ступня повністю контактує з землею під час ходьби, це інтерпретується як рішучість у досягненні поставлених цілей, що є об'єктивними та узгодженими.

У дошкільну освіту технологія увійшла через адаптацію ігрових та творчих підходів до навчання і виховання дітей.

- У 1960–70-х роках у педагогіці з'явилися програми ритміки Еміля Жак–Далькроза, які заклали основи музично–рухового виховання.
- У 1980–90-х роках розвивалися методики поєднання танцю та психокорекції у дитячих садках.
- Сучасність: Використання танцювально–рухових методик у контексті інклюзії, арт–терапії та STEAM–освіти.

Приклади вправ з урахуванням історичного аспекту:

- Ранній вік: Просте тупцювання під народні мелодії (принцип Жак–Далькроза – поєднання ритму і руху).
- Молодший вік: Імітація природних явищ (хмари, вітер) у танці за методикою М. Чейс.
- Середній вік: Використання ігор у танці
- Старший вік: Створення дітьми власних танцювальних етюдів з елементами імпровізації.

Танцювально–рухова технологія – це методика розвитку дитини через поєднання танцю і рухової активності під музику. Вона базується на *принципах*:

- Природності руху: Використання природних рухів тіла, що відповідають віковим та фізичним можливостям дитини.
- Гри та імпровізації: Танцювальні рухи подаються через гру, що сприяє залученню дітей до активності.
- Сенсорно–емоційної взаємодії: Поєднання музики, руху та емоцій для всебічного розвитку.
- Поступовості та адаптивності: Заняття плануються з урахуванням вікових особливостей дітей.
- Рефлексії: Після рухових активностей дітям надається можливість висловити свої відчуття і переживання.

Приклади для різних вікових груп:

- Ранній вік (2–3 роки): Просте крокування під музику, махи руками («літаємо, як пташки»).
- Молодший дошкільний вік (3–4 роки): Ігрові танці («Танець маленьких каченят»), рухи за простими вказівками.
- Середній дошкільний вік (4–5 років): Танцювальні композиції з елементами сюжетних ігор («Подорож у ліс», де рухами імітуються звірята).
- Старший дошкільний вік (5–6 років): Елементи хореографії, ритмічні вправи, імпровізація під різні стилі музики.

Вплив танцю на розвиток дитини дошкільного віку

Танцювально–рухова технологія – це не лише фізична активність, але й потужний інструмент для гармонійного розвитку дитини в усіх сферах її життя.

1. *Фізичний розвиток* (координація, моторика, гнучкість). Танцювально–рухова діяльність сприяє зміцненню м'язів, покращенню координації рухів, розвитку дрібної та великої моторики, а також підвищенню гнучкості.

Приклади вправ:

- Ранній вік (2–3 роки): «Туп–туп ніжками» – діти під музику тупцюють на місці, махають руками (розвиток великої моторики).
- Молодший вік (3–4 роки): «Зайчики стрибають» – діти стрибають на двох ногах, імітуючи зайчиків (покращення координації).
- Середній вік (4–5 років): «Рухи тварин» – діти повзають, бігають, пересуваються, імітуючи різних тварин (розвиток сили та гнучкості).
- Старший вік (5–6 років): «Танець з хустинками» – складніші вправи з аксесуарами, де потрібно поєднувати рухи рук і ніг (дрібна моторика та баланс).

2. *Психоемоційний розвиток* (самовираження, зниження тривожності). Танець допомагає дітям виражати свої емоції через рухи, розслаблятися, знижувати рівень стресу та тривожності.

Приклади вправ:

- Ранній вік: «Танець настрою» – діти танцюють під різну музику (веселу, спокійну), виражаючи свої емоції.
- Молодший вік: «Мильні бульбашки» – діти уявляють, що вони легкі, як бульбашки, і рухаються відповідно (розслаблення).

- Середній вік: «Кольорові емоції» – діти вибирають кольорову стрічку, яка відповідає їх настрою, і танцюють з нею (самовираження).
- Старший вік: «Танець тіней» – діти працюють у парі з тінню (через проєктор або лампу), повторюючи рухи і відтворюючи свої емоції.

3. *Соціальний розвиток* (командна робота, взаємодія з однолітками). Танцювальні ігри в групах вчать дітей співпраці, допомагають розвивати комунікативні навички, сприяють формуванню соціальної адаптації.

Приклади вправ:

- Ранній вік: «Хоровод» – діти тримаються за руки, йдуть по колу, виконуючи прості рухи (навчання взаємодії).
- Молодший вік: «Повтори за мною» – один дитина показує рухи, інші повторюють (розвиток уважності і соціальних навичок).
- Середній вік: «Дзеркало» – діти в парах повторюють рухи одне за одним (довіра і співпраця).
- Старший вік: «Танець команд» – діти об'єднуються у групи, створюють короткі танцювальні номери та презентують їх одноліткам (розвиток лідерських якостей і роботи в команді).

4. *Когнітивний розвиток* (увага, пам'ять, уява). Під час танцю діти запам'ятовують послідовності рухів, зосереджуються на завданні, розвивають творчі здібності та уяву.

Приклади вправ:

- Ранній вік: «Повторюй за звуком» – рухи під простий ритм (розвиток слухової уваги).
- Молодший вік: «Танець кольорів» – діти рухаються під музику і реагують на зміну кольорів (концентрація уваги).
- Середній вік: «Танець–пригода» – педагог розповідає історію, а діти рухами зображують сюжет (розвиток уяви).
- Старший вік: «Танець пам'яті» – діти виконують танцювальні комбінації, поступово додаючи нові рухи (тренування пам'яті).

Види танцювально–рухових вправ для дошкільнят

Танець теж є рухом, але не будь–який рух є танцем. Танець пов'язаний з ритмом, але не всі ритмічні рухи є танцем. Танець наповнений чуттєвою виразністю, жестами, які відображають думки, почуття, бажання, тож має комунікативний ефект. Е.Грьонлюнд аналізує відмінність танцювальних рухів від повсякденних. Повсякденні рухи мають свою практичну мету, а танцювальні рухи є символами напруження почуттів. Інструментом танцівника є власне тіло. Рухи в танці несуть символічну форму та відображають почуття.

Танцювальна терапія не вчить рухам та танцювальним стилям, хоча й може взяти собі на допомогу ті, що підходять для людини. Танцювальна терапія не намагається зробити танець красивим та естетичним для глядача. Кожен може танцювати так, як хоче і вміє, не існує правильного чи неправильного руху. Зміни на фізичному плані передбачають й зміни на психічному рівні.

Розрізняють такі типи танцю як сценічний (або видовищний, хореографічний, зафіксований), що виконується для глядача, та *ігровий* (або вільний, імпровізаційний), що проводиться безпосередньо для самих учасників. Обидва типи танцю соціально значущі, але мають суттєві відмінності: перший є переважно естетичним, другий – функціональним.

На психологічному рівні хореографія сприяє структуруванню, відчуттю причетності, отриманню задоволення від єдності в русі, розвитку емпатії. Навчання ж імпровізації базується на вмінні усвідомлювати власне тіло, відчувати його сигнали, сприймати імпульси руху, це техніка саморозкриття та пошуку рухового потенціалу. *Сценічний танець* також розглядається в двох аспектах: фізичному та психологічному. В останньому випадку суб'єктивною основою сприйняття танцю є асоціативне переживання.

Виділяють 2 напрямки психотерапевтичної роботи з танцювальними рухами. Це танцювально–рухова терапія та ритмотерапія. Основна відмінність ритморухової терапії від

танцювальної в тому, що перша працює в основному зі «структурованими ритмічними патернами руху», які задаються керівником групи. Основними завданнями танцювальної терапії є пробудження спонтанних виразних рухів.

Танцювальна терапія використовує *різноманітні техніки*, призначені для роботи як з дорослими, так і з дітьми. Найчастіше застосовуються такі техніки: 1) дихання; 2) тілесне інтегрування; 3) тілесний якір; 4) тілесна та чуттєва інтонація; 5) віддзеркалювання, відображення; 6) робота з тілесними картинами та вивчення функціональної тілесної мови.

В ТРТ в якості допоміжних засобів використовують масаж з метою зняття м'язового напруження. В роботі з дітьми застосовують м'ячі, килимки, стрічки та інші предмети, призначені для розвитку рухів, які також дають можливість дітям обирати те, з чим вони бажають працювати, щоб навчитися краще відчувати своє тіло та свої рухи.

1. Ритмічні ігри. Ритмічні ігри спрямовані на розвиток почуття ритму, координації рухів та слухової уваги. Вони поєднують музику, рухи та гру, допомагаючи дітям навчитися слідувати темпу і змінювати динаміку рухів.

Приклади ритмічних ігор:

- Ранній вік (2–3 роки): Гра «Повтори за звуком»: Дорослий стукає по барабану чи б'є в долоні, а діти повторюють ритм рухами (наприклад, тупцюють або плескають).
- Молодший вік (3–4 роки): «Танець з брязкальцями»: Діти під музику трясуть брязкальцями у ритмі, виконуючи прості рухи (повороти, нахили).
- Середній вік (4–5 років): «Веселі марші»: Діти марширують під різний музичний ритм (повільний, швидкий), змінюючи темп рухів відповідно до музики.
- Старший вік (5–6 років): «Ритмічна естафета»: Діти в командах повторюють ритмічні вправи (плескання, тупання) у певній послідовності, передаючи «ритмічну естафету» одне одному.

2. Імпровізаційні рухи під музику. Імпровізація допомагає розвивати уяву, вміння виражати свої емоції через рухи та підвищує впевненість дитини у собі. Такі вправи не мають чіткої структури, що дозволяє дітям вільно рухатися під музику.

Приклади імпровізаційних вправ:

- Ранній вік: «Танець звірят»: Діти під музику імітують рухи тварин (стрибають, як зайчики, плавають, як рибки).
- Молодший вік: «Чарівний вітерець»: Під спокійну музику діти уявляють, що вони легкі листочки, і рухаються, як вітер дме.
- Середній вік: «Музичні кольори»: Дітям пропонується рухатися по кімнаті, змінюючи рухи відповідно до кольору, який показує педагог (зелений – повзати, жовтий – підстрибувати).
- Старший вік: «Танець настрою»: Педагог пропонує тему (радість, сум, захоплення), і діти імпровізують рухи, які відображають ці емоції.

3. Хореографічні елементи у формі гри. Такі вправи поєднують базові танцювальні рухи з ігровими моментами, що робить їх доступними та цікавими для дітей. Використання гри сприяє кращому запам'ятовуванню рухів і розвиває дисциплінованість.

Приклади вправ з хореографічними елементами:

- Ранній вік: «Курчатка в хороводі»: Діти крокують по колу, присідають, махають ручками, як крильцями (розвиток координації).
- Молодший вік: «Танець парасольок»: Діти виконують прості танцювальні рухи з парасольками, імітуючи дощик чи сонце (вправи з аксесуарами).
- Середній вік: «Казковий балет»: Педагог показує прості балетні пози, а діти повторюють, перетворюючись на «принцес» чи «лицарів».
- Старший вік: «Танець з обручами»: Діти танцюють з обручами, виконуючи комбінації кроків і поворотів (розвиток складніших хореографічних навичок).

Методика проведення занять з танцювальної терапії для дітей дошкільного віку

На початкових етапах роботи з дітьми краще уникати слова «танець», адже воно може викликати асоціації з оцінюванням та страхом невдачі. Натомість використовуйте термін «рух». Наприклад, можна запропонувати дітям: «Ми будемо рухатися, як котики» або «Давайте рухатися, немов сніжинки». Це створить більш розслаблену та невимушену атмосферу.

Рекомендації для проведення рухових занять

1. Починайте спокійно, завершуйте спокійно: Розпочинайте заняття з невимушених, розслаблюючих вправ, поступово нарощуючи активність. Завершуйте сесію також у спокійному темпі, допомагаючи дітям розслабитись.
2. Вибір місця: Не наполягайте на формуванні кола на початку. Дозвольте дітям вільно обирати зручне для них місце в просторі.
3. Дайте дітям час: Кожна дитина має свій темп. Надайте їм достатньо часу для освоєння рухів та вираження себе.
4. Створюйте атмосферу задоволення: Кожне заняття має приносити радість, наповнювати енергією та сприяти приємному спілкуванню.
5. Музичний супровід: Обирайте приємну, розслаблюючу або стимулюючу музику, що відповідає настрою та етапу заняття.
6. Спостерігайте за станом дитини: Уважно стежте за емоційним та фізичним станом кожної дитини, реагуйте на їхні потреби.
7. Від простого до складного: Починайте з елементарних рухів та завдань, поступово ускладнюючи та розширюючи їхній діапазон з часом.
8. Чергування напруги та розслаблення: Включайте в заняття елементи, що дозволяють чергувати активні рухи з періодами розслаблення.
9. Використання атрибутів: Застосовуйте різноманітні предмети та атрибутику (шарфи, стрічки, м'ячі тощо), щоб урізноманітнити рухи та стимулювати уяву.
10. Не примушуйте до участі: Ніколи не змушуйте дітей брати участь у занятті. Дозвольте їм бути активними спостерігачами; часто цього достатньо, щоб згодом вони долучилися самі.

1. Підготовка до заняття

1.1 Добір музики: Ви підбираєте музику, яка подобається вам, а також є приємною для дітей. Це і спокійна музика, і дитячі веселі пісні, і ритмічні українські марші, і різні незвичні мелодії інших народів.

- Музика має відповідати тематиці заняття, віковим особливостям дітей і меті вправ (активна чи розслаблююча).
- Для розминки підходять енергійні мелодії з чітким ритмом.
- Основна частина може супроводжуватися тематичною музикою (казкова, природна, етнічна).
- Для релаксації використовують спокійну інструментальну музику або звуки природи.

Приклади музичних творів:

- Ранній вік: «Baby Shark», «Веселі гусенята».
- Молодший вік: «Каченята», класичні мелодії в адаптованих дитячих версіях.
- Середній вік: Музика з мультфільмів, інструментальні казкові мелодії.
- Старший вік: Музичні композиції для творчих імпровізацій (Вівальді, Моцарт, сучасні дитячі ремікси).

1.2 Облаштування простору:

- Просторе приміщення без зайвих предметів, щоб уникнути травм.
- Використання килимків, м'яких підлогових покриттів.
- Можливість налаштовувати освітлення (наприклад, приглушене світло під час релаксації).
- Музичне обладнання, щоб музика звучала рівномірно по всій залі.
- Додаткові матеріали: стрічки, обручі, хустинки, м'які іграшки.

2. *Структура заняття.* Ритуали – це те, що є постійним на ваших заняттях. У вас завжди має бути привітання, основна робота та прощання. Завдяки ритуалам дитина відчуває себе безпечно, адже вона знає, чого очікувати.

Типове заняття з танцювальної терапії триває 20–30 хвилин (для молодших) або 30–40 хвилин (для старших дітей) і складається з трьох частин:

2.1. *Розминка (5–10 хвилин).* Мета: підготувати тіло до руху, розігріти м'язи, налаштувати дітей на заняття. Встановлення контакту, знайомство, спроба встановити діалог через рух, емоційний розігрів.

Приклади вправ:

- «Сонечко прокидається»: діти тягнуться вгору, нахиляються в різні боки, як промінчики сонця.
- «Танець пальчиків»: діти плескають у долоні, перебирають пальцями під музику (дрібна моторика).
- «Біжимо, як звірята»: діти пересуваються по кімнаті різними способами (стрибками, на носочках).

2.2. *Основна частина (15–20 хвилин).* Мета: реалізація завдань заняття, навчання новим рухам, розвиток фізичних, психоемоційних та соціальних навичок.

Приклади вправ та ігор:

- Імпровізація «Кольоровий дощик»: діти під спокійну музику рухаються під кольоровими стрічками, імітуючи дощ.
- Ритмічна гра «Повтори за мною»: педагог показує рухи, діти повторюють, змінюючи швидкість і динаміку.
- Танцювальний квест «Подорож до лісу»: діти рухами зображують тварин, перешкоди (стрибають через «калюжі», пробираються через «кущі»).
- Гра «Танцювальна естафета»: діти в командах виконують певні танцювальні завдання (передати обруч, танцюючи).

3. *Релаксація (5–10 хвилин).* Мета: зняття фізичного та емоційного напруження, повернення до спокійного стану. Зниження темпу, спільний рух, обговорення, прощання

Приклади вправ:

- «Спокійне озеро»: діти лежать на килимках, закривають очі, уявляють, що вони плавають у теплому озері під звуки природи.
- «Вітерець»: діти повільно рухаються, як листочки під тиху музику.
- «Дихальна квітка»: діти уявляють, що вони квітка, яка розкривається на вдих і закривається на видих.

3.1. *Приклади танцювальних ігор для різних вікових груп*

- Ранній вік: «Пташки в гніздечках» – діти бігають під музику і сідають у «гніздечка» (обручі), коли музика зупиняється.
- Молодший вік: «Танець з хустинками» – діти танцюють, розмахуючи кольоровими хустинками, і змінюють рухи за сигналом.
- Середній вік: «Музичний паровозик» – діти стають у колону, повторюючи рухи «машиніста» (педагога чи лідера групи).
- Старший вік: «Танець історії» – педагог розповідає історію (наприклад, подорож у казку), а діти рухами імітують події.

Ідеї та напрямки для рухової діяльності

Ось кілька захоплюючих тем і варіантів для занять, які допоможуть дітям досліджувати світ через рух:

- Різноманіття ходи: Досліджуємо різні способи пересування – як ми можемо ходити, бігати, стрибати, повзати тощо.
- Ім'я в русі: Як би ваше ім'я виглядало, якби воно рухалося? Діти можуть передавати свої імена за допомогою унікальних рухів.
- Вираження настрою через рух: Передаємо різні емоції та стани за допомогою рухів тіла.
- Танець частин тіла: Досліджуємо, як може рухатися кожна окрема частина нашого тіла – руки, ноги, голова, плечі.

- Танці в підгрупах (планетарні танці): Як танцювали б мешканці різних планет? Робота в малих групах, створення унікальних танців.
- «Дзеркало»: Один учасник показує рухи, а інші точно повторюють їх, ніби дивлячись у дзеркало.
- Творчі танці та імпровізація: Даємо волю фантазії! Танцюємо як тварини, комахи, рослини, цифри, кольори, емоції чи стихії.
- «Жива скульптура»: Діти застигають у різних позах, створюючи групові або індивідуальні скульптури.
- Вправи на довіру: Рухові завдання, що сприяють зміцненню довіри між учасниками.
- Робота в парах: Взаємодія з партнером через рух.
- Завершальні вправи: Рухові способи виразити подарунок, певну емоцію або побажання.
- Ритуал прощання: Спільні рухи, що символізують завершення заняття та прощання.

Роль педагога у танцювально-руховій терапії в дошкільній освіті

1. Створення безпечного та сприятливого середовища

Фізична безпека:

- Педагог має забезпечити вільний простір для рухів, прибрати зайві предмети.
- Використання м'яких килимків, спеціальних покриттів для підлоги, щоб уникнути травм.
- Контроль за правильністю виконання вправ, попередження можливих небезпечних ситуацій.

Психологічна безпека:

- Створення атмосфери доброзичливості, підтримки, відсутності критики.
- Заохочення дітей до самовираження без страху помилитися.
- Забезпечення комфортного перебування для інтровертних або менш активних дітей.

Приклад: На початку заняття педагог проводить вправу «Коло довіри»: діти стають у коло, тримаються за руки і передають «усмішку» чи «добрий жест» один одному. Це налаштовує дітей на позитивний лад і допомагає зняти напругу.

2. Підтримка творчої активності дитини

Спонування до самовираження:

- Педагог пропонує дітям обирати рухи під музику, створювати власні танцювальні композиції.
- Використання ігрових прийомів, які дозволяють дітям фантазувати (наприклад, уявити себе тваринами, явищами природи).

Розвиток ініціативності:

- Діти можуть стати «лідерами» у грі, показувати рухи іншим.
- Педагог підтримує кожну дитину, навіть якщо її рухи не зовсім відповідають завданню.

Приклад: Гра «Танець тіней»: діти в парі з педагогом чи іншими дітьми повторюють рухи, відображаючи їх, як тінь. Кожна дитина має шанс показати свої рухи, що розвиває ініціативу та творчість.

3. Зворотний зв'язок і мотивація

Позитивне підкріплення:

- Використання похвали не лише за правильність рухів, а й за старанність, активність, сміливість.
- Словесна підтримка: «Мені дуже сподобався твій танець!», «Ти чудово рухаєшся!».

Розвиток мотивації:

- Педагог створює ситуації успіху для кожної дитини, наприклад, через аплодисменти чи символічні нагороди (наклейки, медалі).
- Використання елементів гри, щоб діти хотіли повертатися на заняття (казкові сюжети, цікаві історії під час танцю).

Приклад: Після заняття педагог пропонує дітям «коло досягнень», де кожен може сказати, що йому найбільше сподобалося, а педагог підкреслює позитивні моменти в участі кожної дитини.

Використання TPT для дітей з ООП

Танцювально–рухова терапія (TPT) (Dance/Movement Therapy, DMT) – це психотерапевтичне використання руху як засобу, що сприяє емоційній, когнітивній, фізичній та соціальній інтеграції особистості. Вона базується на взаємозв'язку між рухом і емоціями, тілом і психікою. У роботі з дітьми з особливими освітніми потребами (ООП) TPT є потужним корекційно–розвивальним інструментом, оскільки рух часто є найпершою та найдоступнішою формою вираження та комунікації. TPT працює з дітьми з порушенням інтелектуального розвитку, розладами аутистичного спектра, з порушенням зору, слуху, мовлення, з хворобами опорно–рухового апарату.

Танець – це рух, який вже має лікувальні здібності. Для людей з особливими потребами заняття з TPT є тим рятувальним кругом, що може допомогти їм відчувати себе частиною групи, соціуму, дати можливість виразити та проявити себе. Найголовніше – створити безпечне середовище і дотримуватись правил проведення заняття з TPT.

Основні принципи TPT у роботі з дітьми з ООП:

1. Тіло як засіб вираження: Для багатьох дітей з ООП вербальна комунікація є складною або недоступною. TPT дає їм можливість виражати почуття, думки та потреби через рух.
2. Невербальна комунікація: Терапевт спостерігає та інтерпретує рухи дитини, а також використовує власні рухи для встановлення контакту та віддзеркалення.
3. Імпровізація та спонтанність: Заохочується вільний, невимушений рух, що виходить з внутрішніх імпульсів дитини.
4. Віддзеркалення та підстройка: Терапевт наслідує рухи дитини, допомагаючи їй відчувати себе зрозумілою та прийнятою, а також розширюючи її руховий репертуар.
5. Розвиток тілесної свідомості: Допомога дитині краще усвідомити своє тіло, його межі та можливості.
6. Безпечний простір: Створення атмосфери довіри та відсутності критики, де дитина може вільно рухатися та експериментувати.

Завдання та переваги TPT у корекційно–реабілітаційній роботі:

1. Покращення фізичного розвитку:
 - Розвиток великої та дрібної моторики, координації рухів, балансу.
 - Зміцнення м'язового корсета, формування правильної постави.
 - Підвищення гнучкості, витривалості.
 - Корекція рухових стереотипів.
2. Емоційно–вольова корекція:
 - Вираження та опрацювання емоцій (гнів, страх, радість, смуток) у безпечний та прийнятний спосіб.
 - Зниження агресії, тривожності, імпульсивності.
 - Розвиток емоційної саморегуляції та розслаблення.
 - Підвищення самооцінки та впевненості у собі.
3. Соціальний розвиток та комунікація:
 - Формування навичок взаємодії, співпраці та синхронізації з іншими.
 - Подолання соціальної ізоляції, сором'язливості.
 - Розвиток емпатії та здатності «читати» невербальні сигнали.
 - Навчання правилам групової взаємодії.
4. Когнітивний розвиток:
 - Покращення уваги, концентрації, пам'яті (через запам'ятовування рухів, послідовностей).
 - Розвиток просторового мислення, схеми тіла.
 - Стимуляція творчого мислення та уяви.
5. Сенсорна інтеграція:
 - Допомагає дітям з дисфункцією сенсорної інтеграції краще обробляти сенсорну інформацію (вестибулярну, пропріоцептивну, тактильну).
 - Нормалізація реакції на зовнішні стимули.

Методи та техніки ТРТ для дітей з ООП:

Техніки ТРТ адаптуються залежно від нозології, віку та індивідуальних потреб дитини.

- *Віддзеркалення (Mirroring)*. Терапевт точно повторює рухи дитини. Особливо ефективно для дітей з РАС (для встановлення контакту, імітації), дітей з порушеннями комунікації (для формування відчуття «бути побаченим і зрозумілим»). Мета: Встановлення рапорту, підтвердження дитячих рухів, формування самоусвідомлення.
- *Імітація та моделювання (Imitation and Modeling)*. Терапевт пропонує дитині наслідувати його рухи або рухи тварин, природних явищ. Діти з порушеннями розвитку моторики, інтелектуальними порушеннями, що потребують чіткого зразка. Мета: Розвиток рухових навичок, координації, наслідування.
- *Тематичний рух (Thematic Movement)*. Використання рухів, що відповідають певній темі (наприклад, «космічна подорож», «подорож у ліс», «почуття»). Всі категорії дітей, допомагає структурувати заняття, розвивати уяву. Мета: Розвиток уяви, опрацювання емоцій, розширення рухового репертуару.
- *Імпровізація (Improvisation)*. Вільний, спонтанний рух під музику або без неї. Діти, що потребують розслаблення, самовираження, розвитку креативності. Терапевт може приєднатися до імпровізації дитини. Мета: Зняття напруги, самовираження, розвиток креативності, дослідження рухових можливостей.
- *Використання атрибутів (Props)*. Застосування різних предметів (шарфи, стрічки, м'ячі, обручі, тканини, іграшки) для стимулювання руху. Всі діти. Особливо корисно для дітей з порушеннями зору (різні текстури), дітей з порушеннями моторики (для захоплення), РАС (для фокусування уваги). Мета: Стимуляція рухів, розвиток координації, сенсорної інтеграції, творчості.
- *Ігри та танці (Games and Dances)*. Проведення рухливих ігор, народних танців, елементарних хореографічних вправ. Всі діти, особливо для розвитку соціальних навичок, групової взаємодії. Мета: Соціалізація, розвиток комунікації, почуття ритму, задоволення від спільної діяльності.
- *Робота з ритмом та музикою*. Використання різних ритмів (повільний, швидкий), гучності (тихо, голосно), музичних інструментів (барабани, маракаси). Діти з порушеннями слуху (через вібрацію), діти з порушеннями мовлення (для розвитку ритму мовлення), діти з РАС (для організації та структури). Мета: Розвиток почуття ритму, координації, уваги, стимуляція мовлення.

Особливості застосування ТРТ для різних категорій ООП:

- Діти з РАС: Починати з індивідуальної роботи. Використовувати стабільні рухові патерни, візуальні підказки. Акцент на віддзеркаленні, дотиках, ритмі. Рухи, що повторюються, можуть заспокоювати.
- Діти з порушеннями слуху: Акцент на візуальному сприйнятті рухів, вібрації (через підлогу, інструменти). Використання міміки, жестів, пантоміми. Рухи, що відображають емоції та дії.
- Діти з порушеннями зору: Важлива вербальна інструкція, тактильні підказки, безпечний простір без перешкод. Акцент на рухах, що розвивають схему тіла, орієнтування у просторі, баланс.
- Діти з порушеннями опорно-рухового апарату: Адаптація рухів до можливостей дитини (виконання сидячи, лежачи). Використання допоміжних засобів. Фокус на зміцненні м'язів, розвитку гнучкості, координації.
- Діти з інтелектуальними порушеннями: Прості, повторювані рухи, чіткі інструкції, візуальна підтримка. Ігрова форма, використання іграшок. Поступове ускладнення завдань.

Танцювально-ігрова гімнастика «Са-Фі-Дансе»: Всебічний розвиток дошкільників

Програма танцювально-ігрової гімнастики «Са-Фі-Дансе» спрямована на гармонійний та комплексний розвиток дітей дошкільного віку. Завдяки інтеграції її елементів у заняття

створюються сприятливі умови для стимуляції пізнавальної активності, мислення та вільного самовираження дітей.

Ця гімнастика сприяє:

- Формуванню правильної постави та розвитку опорно-рухового апарату.
- Удосконаленню серцево-судинної та нервової систем організму.
- Розвитку фізичних якостей: м'язової сили, гнучкості, витривалості та координації.
- Формуванню відчуття ритму, музичного слуху та уваги, а також вмінню узгоджувати рухи з музичним супроводом.
- Вихованню емоційного вираження та творчості в рухах, формуванню навичок самостійної інтерпретації музики через рух.

Комплексний вплив танцювально-ігрової гімнастики. Танцювально-ігрова гімнастика не лише покращує фізичний стан дитини, але й сприяє розвитку музичного ритму, слуху та координації рухів відповідно до такту. Вона загалом підвищує витривалість, координацію та просторову орієнтацію. Комплекс вправ «Са-Фі-Дансе» стимулює образне мислення, пам'ять та винахідливість.

Крім того, ця діяльність привчає дітей до командної роботи, розвиває ініціативу, лідерські якості, товарищескість, взаємодопомогу та працьовитість. Вона є оптимальною підготовкою до шкільного життя, зокрема до вимог Нової української школи (НУШ).

На відміну від звичайної оздоровчої гімнастики, де діти виконують рухи індивідуально, танцювально-ігрова гімнастика вимагає координації рухів з іншими учасниками групи, усвідомлення послідовності дій та розуміння загальної концепції танцю чи гри. Такий вид активності значно сприяє соціально-емоційному розвитку дитини, допомагає їй пізнавати себе та інших, а також визначати своє місце в колективі.

Танцювально-ігрову гімнастику можна ефективно використовувати на заняттях з ритміки та танцю, що забезпечує всебічний розвиток особистості дітей старшого дошкільного віку.

Розвивальні завдання

- Збагачення емоційної сфери: Розвивати здатність виражати емоції та внутрішній стан через вільну імпровізацію та творчі завдання. Формувати естетичні почуття та художній смак, привертати увагу до краси власних рухів.
- Розвиток музичності: Сприяти розвитку відчуття ритму, музичного слуху та вміння гармонізувати рухи з музичним супроводом.
- Підвищення самостійності та креативності: Створювати умови для самостійності, заохочувати до танцювального експериментування, надавати простір для реалізації творчих задумів.
- Покращення рухових та психічних якостей: Розвивати швидкість, спритність, витривалість, гнучкість, силу. Стимулювати психічні процеси (увагу, пам'ять, уяву) та вольову регуляцію поведінки. Допомогати знімати м'язову та психологічну напругу засобами танцювальних рухів.
- Формування впевненості та самооцінки: Розвивати почуття впевненості у своїх можливостях, емоційний комфорт, відчуття власної значущості в колективі. Підтримувати прагнення адекватно оцінювати свої досягнення в танцювальній діяльності.
- Виявлення хореографічних здібностей: Розкривати індивідуальні хореографічні таланти та визначати перспективи для подальшого навчання.

Виховні завдання

- Формування ціннісного ставлення до танцю: Виховувати позитивне емоційно-ціннісне ставлення до танцювального мистецтва.
- Розвиток творчого самовираження: Сприяти вмінню емоційно виражати себе та проявляти творчість у рухах.
- Виховання базових особистісних якостей: Продовжувати формувати самостійність, працелюбність, людяність, самовладання, відповідальність, креативність. Виховувати

коректне та доброзичливе ставлення до партнера по танцю та до творчих проявів однолітків.

- Формування національно-патріотичних почуттів: Виховувати інтерес до українського танцювального мистецтва та культурних надбань українського народу.

Освітні завдання

- Збагачення знань про хореографію: Розширювати та систематизувати знання про хореографічне мистецтво, його історію, види (народний, фольклорний, сценічний, історико-побутовий, бальний, класичний, сучасний, естрадний) та жанри (гопак, гуцулка, коломийка, полька, вальс).
- Формування технічних навичок: Розвивати навички виразності, пластичності, граціозності та витонченості танцювальних рухів і танців.
- Навчання самостійному вираженню: Формувати навички самостійного виконання рухів під музику.
- Розуміння українського танцювального фольклору: Формувати уявлення про синкретичну та синтезовану сутність танцювального фольклору, надавати елементарні знання про особливості українського танцю та танцювальну культуру свого регіону, ознайомлювати з композиційними різновидами українського танцю (хоровод, гопак, козачок, гуцулка).
- Розширення танцювального досвіду: Формувати та розвивати навички виконання різноманітних танцювальних рухів (класичні, народно-сценічні, історико-побутові, бальні, сучасні) та акробатичних елементів (напівшпагат, шпагат, «місток»), що відповідають віковим та індивідуальним можливостям дитини.
- Виконання танцювального репертуару: Навчати виконувати доступний танцювальний репертуар, надаючи перевагу танцям різних регіонів України та своєї місцевості. Забезпечувати якісне виконання навчально-танцювального матеріалу (рухів, вправ, комбінацій, етюдів, танців). Продовжувати навчати емоційно переживати ігрову ситуацію в танцях, виразно передавати їхній зміст, знаходити індивідуальну пластику для розкриття музично-рухового образу. Виховувати поважне ставлення до партнера та вміння узгоджувати з ним рухи.
- Розвиток рухової виразності та постави: Формувати вміння вільно володіти своїм тілом, використовувати необхідні засоби рухової виразності (пози, жести, міміка), підпорядковувати рухи музичному супроводу. Заохочувати до вільної імпровізації під час індивідуальної, парної та колективної творчості. Виробляти вміння підтримувати правильну поставу протягом заняття. Розвивати силу та еластичність різних груп м'язів, здійснювати профілактику та корекцію окремих анатомо-фізіологічних відхилень (партерні вправи, елементи класичного танцю).
- Орієнтація в просторі: Навчати вільно орієнтуватися в просторі під час виконання різних видів музично-ритмічних рухів, самостійно перешикуватися та виконувати композиційні малюнки («хвилі», «завиток», «великі та маленькі зіроньки», «концентричні кола» тощо).

Практичні результати впровадження «Са-Фі-Дансе» зі степ-аеробікою

Практична робота в закладах дошкільної освіти з удосконалення рухової активності через впровадження танцювально-ігрової гімнастики «Са-Фі-Дансе» із застосуванням *степ-аеробіки* дає такі результати:

- Зміцнення опорно-рухового апарату.
- Удосконалення серцево-судинної, дихальної та нервової систем.
- Розвиток фізичних можливостей дитини.
- Підвищення працездатності та зниження відчуття втоми.
- Покращення процесів саморегуляції, самоконтролю та самозбереження.
- Формування правильної постави.
- Розвиток м'язової сили, гнучкості, витривалості, швидко-силових та координаційних здібностей.

- Формування навичок самостійного вираження рухів під музику.
- Зміцнення здоров'я дитини, її фізичного та розумового розвитку.
- Формування навичок виразності, граціозності та витонченості танцювальних рухів.
- Профілактика плоскостопості.

Приклади завдань танцювально–рухової терапії

Завдання з танцювально–рухової терапії для студентів можуть мати різні цілі: розвиток фізичної активності, зниження стресу, сприяння командній роботі або розкриття творчого потенціалу. Нижче наведено приклади завдань та рекомендації щодо їх проведення.

1. Завдання: «Рух у відповідь на емоцію». Мета: Розвиток емоційного інтелекту, здатність виражати емоції через рух.

Як провести:

1. Виберіть кілька емоцій (радість, сум, гнів, здивування, спокій).
2. Педагог або дитина витягує картку з емоцією та виконує рухи, які, на його думку, передають цю емоцію.
3. Інші діти відгадують емоцію, обговорюють, які рухи допомогли їм зрозуміти настрій.
4. Обговоріть, як рухи можуть впливати на емоційний стан (наприклад, танець радості може підняти настрій).

Варіант: Ускладніть завдання, додавши музику різних настроїв, щоб дитина імпровізували рухи у відповідь на музичний фон.

2. Завдання: «Імпровізаційний діалог». Мета: Розвиток невербальної комунікації, здатність до взаємодії через рухи.

Як провести:

1. Діти об'єднуються у пари.
2. Один із пари починає «розмову» за допомогою рухів (плавних, різких, дрібних чи широких).
3. Друга дитина відповідає рухами, підлаштовуючись під партнера або змінюючи характер рухів.
4. Через кілька хвилин обговоріть, які «повідомлення» вдалося передати і як це відчувалося.

Порада: Використовуйте різні стилі музики (джаз, класика, етнічні мотиви), щоб змінювати темп і характер рухів.

3. Завдання: «Танець з уявним предметом». Мета: Розвиток уяви, креативності, адаптація до різних умов.

Як провести:

1. Кожна дитина отримує уявний предмет (важкий м'яч, легку хустинку, велику коробку).
2. Потрібно виконати танець, показуючи, як цей предмет рухається чи як з ним взаємодіяти.
3. Інші діти можуть спробувати здогадатися, що за предмет «у руках».
4. Після кожного виступу обговорюються рухи та відчуття, які виникали під час виконання.

Розширення: Діти можуть поєднувати свої «уявні предмети» у парі чи групі, створюючи спільний танцювальний номер.

4. Завдання: «Танець дзеркало». Мета: Розвиток уваги, координації, довіри до партнера.

Як провести:

1. Діти працюють у парах. Один студент стає «дзеркалом» і точно повторює рухи іншого.
2. Через 2–3 хвилини ролі змінюються.
3. Для ускладнення можна додати музику, змінюючи темп і динаміку рухів.

Порада: У фіналі запропонуйте парам імпровізувати разом, не розподіляючи ролі «лідера» і «дзеркала», що допоможе розвинути синхронність і спонтанність.

5. Завдання: «Танцювальна історія». Мета: Стимулювання уяви, розвиток командної роботи, здатність розповідати історії через рух.

Як провести:

1. Розділіть дітей на малі групи (3–5 осіб).

2. Кожна група отримує завдання придумати коротку історію (казка, подорож, фантастична пригода) і передати її через танець.
3. У танці можуть бути елементи міміки, жестів, навіть звуків.
4. Після виконання обговоріть, як глядачі зрозуміли історію та які рухи були найвиразнішими.

Поради для педагога:

- Забезпечте комфортний простір для рухів, уникайте скупчення меблів чи небезпечних предметів.
- Підтримуйте кожну дитину, особливо тих, хто відчуває себе невпевнено.
- Дозволяйте експериментувати, не критикуючи «незграбні» чи «неправильні» рухи.
- Після кожного завдання обговорюйте з учасниками їхні враження, щоб створити позитивний емоційний фон.

Чи потрібно розробити детальний план заняття або надати більше прикладів вправ для певної групи студентів?

Вправа «Танець окремих частин тіла». *Цілі:* Розігрів учасників; усвідомлення і зняття м'язових затискачів; розширення експресивного репертуару. *Матеріали:* Музичний запис з чітким ритмічним малюнком.

Час: 3 хв.

Процедура: Учасники стають у коло. Звучить музика. Ведучий називає по черзі частини тіла, танець яких буде виконаний

- танець кистей рук
- танець рук
- танець голови
- танець плечей
- танець живота
- танець ніг

Учасники прагнуть максимально використовувати в танці названу частину тіла

Питання для обговорення:

- який танець було легко виконати, який важко?
- чи відчули звільнення від затискачів, де вони локалізувалися?

II. Етап – Основна діяльність:

Цілі: Поглиблення усвідомлення учасниками групи власного тіла; розвиток усвідомлення можливостей використання тіла, способів вираження почуттів; встановлення учасниками групи зв'язку почуттів з рухами, вивільнення і дослідження почуттів через танцювальну експресію.

Матеріали: Музичний програвач, музичні записи різних стилів.

Вправа «Ведучий і ведені». *Цілі:* Експериментування учасників з різними рухами і міжособистісними позиціями ведучого і веденого; усвідомлення учасниками своїх танцювально-експресивних стереотипів. *Матеріали:* Музичні записи різних стилів, стимулюючих танцювальну експресію.

Час: 5 хв.

Процедура: Група вибудовується в колону. Звучить музика, і учасники починають рухатися, при-ніж перший учасник стає провідним, а інші – веденими. В якості ведучого учасник спонтанно і вільно самовиражається, максимально використовуючи свій танцювально-експресивний репертуар, інші члени групи сліднують за ним, намагаючись повторювати його руху. Через 30 сек. перший учасник переходить в кінець колони і стає веденим. Вправа триває доти, доки кожен із учасників не побуває в ролі ведучого.

Питання для обговорення:

- що відчували учасники, будучи провідними / веденими?
- що вони відчували, примірявши на себе його експресію? Який Я, коли танцюю, як він?
- коли учасникам було більш комфортно – коли повторювали рухи інших або коли самі були провідними?

Вправа «Все з усіма». Цілі: Емпатичних прийняття партнерів; взаємопізнання; розвиток танцювально–експресивного репертуару учасників. *Матеріали:* музика різних стилів.

Час: 5 хв.

Процедура: Учасники стають у два кола – зовнішній і внутрішній. Один з партнерів починає спонтанно рухатися, творчо самовиражаясь, слідуючи своїм почуттям в даний момент. Інший дзеркально відображає його руху, намагаючись «співпереживати» в партнера через його пластику, манеру рухів. Через 30 секунд учасники міняються ролями.

Рухаючись відносно один одного, всі учасники повинні провзаємодіяти з усіма членами групи.

Питання для обговорення:

- чи відрізняються ваші почуття в процесі взаємодії з різними учасниками?
- наскільки збагатився ваш танцювально–руховий репертуар в процесі взаємодії з учасниками групи?

Вправа «Танець–хоровод». Цілі: актуалізація архетипових переживань захищеності, причетності (танець в колі – найдавніша форма танцю); підвищення групової згуртованості.

Матеріали: повільна, спокійна музика. *Час:* 3 хв.

Процедура: Учасники стають в коло і беруться за руки. Звучить музика, учасники починають спонтанно рухатися, дотримуючись ритму музики і своєму власному ритму, приносячи в загальний танець свої індивідуальні рухи.

Питання для обговорення:

- Ваші почуття і переживання в процесі виконання вправи?
- Чи відчували ви співпричетність групі, захищеність?
- Чи вдалося додати індивідуальні особливості ваших рухів в загальний рух, що ви при цьому відчували?

III. Етап – Завершення. Мета: відновлення дихання; зняття напруги і емоційного збудження; закріплення, отриманих в ході тренінгу, результатів. *Матеріали:* музичний програвач, відеоплеєр.

ПИТАННЯ, ПРОБЛЕМНІ СИТУАЦІЇ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

Тема: АРТ–ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Проблемні питання для обговорення:

1. Як сучасні реалії (наприклад, поширення гаджетів, війна) впливають на потребу впровадження арт–технологій у дошкільну освіту та чи можуть вони повністю замінити традиційні підходи?
2. Які існують бар'єри та виклики (фінансові, кваліфікаційні, часові) для ефективного впровадження інноваційних арт–технологій у ЗДО, особливо в умовах обмежених ресурсів?
3. Наскільки глибоко педагоги дошкільної освіти повинні володіти мистецькими навичками для ефективного застосування арт–технологій, чи достатньо володіння методикою?
4. Чи завжди арт–технології сприяють розвитку творчості, чи існує ризик перетворення їх на репродуктивні заняття за шаблоном? Як уникнути цього?
5. Як оцінювати ефективність використання арт–технологій у ЗДО, якщо творчість є процесом, а не завжди чітким результатом? Які критерії можна використовувати?
6. Яким чином можна інтегрувати арт–технології в щоденний освітній процес, щоб вони не сприймалися як окремі «заняття з творчості», а були органічною частиною дня дитини?
7. Які етичні аспекти слід враховувати при використанні арт–технологій, особливо коли діти зображують чи відтворюють складні емоції чи травматичний досвід?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** У вашій групі є дитина, яка постійно відмовляється від будь-якої творчої діяльності, мотивуючи це фразами «я не вмію», «у мене не вийде». Як ви використаєте арт–технології, щоб подолати цю проблему та залучити дитину до творчості?
2. **Ситуація:** Керівництво ЗДО вимагає від вас «видимих» результатів творчості дітей (красиві малюнки на виставку, складні аплікації). Водночас ви прагнете розвивати в дітей саме процес творчості, а не лише продукт. Як ви знайдете баланс і обґрунтуєте свою позицію?
3. **Ситуація:** У вас є обмежений бюджет, але ви хочете активно використовувати арт–технології в групі. Запропонуйте 3–5 бюджетних рішень щодо матеріалів та технік, які можна впровадити без значних витрат.
4. **Ситуація:** Ви помітили, що після певних подій (наприклад, гучна сирена, розмова про війну) деякі діти в групі стали більш замкнутими або, навпаки, гіперактивними. Як ви можете використати арт–технології для емоційної підтримки та розрядки цих дітей?
5. **Ситуація:** До ЗДО прийшли батьки, які вважають, що малювання пальчиками, кляксографія – це «баловство», а не серйозне заняття, і вимагають «нормальних» уроків малювання з пензликами. Як ви поясните їм важливість нетрадиційних технік і їхній вплив на розвиток дитини?

Тема: ФОРМИ ТА ВИДИ АРТ–ТЕХНОЛОГІЙ В СИСТЕМІ ОСВІТИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Проблемні питання для обговорення:

1. Які критерії слід використовувати при виборі конкретної форми чи виду арт–технологій для певної вікової групи дошкільників, аби забезпечити максимальний розвивальний ефект?
2. Наскільки ефективною є інтеграція різних видів арт–технологій (наприклад, музикотерапія та ізотерапія) в рамках одного заняття, і чи не призводить це до перевантаження дітей?

3. Чи існує універсальний вид арт–технологій, який може бути однаково ефективним для розвитку всіх аспектів мистецько–творчої компетентності, чи потрібен диференційований підхід?
4. Як забезпечити варіативність і нешаблонність у використанні форм та видів арт–технологій, щоб підтримувати постійний інтерес дітей та уникнути рутини?
5. Чи можуть ігрові форми арт–технологій (наприклад, музичні ігри–драматизації) бути достатньо ефективними для корекції певних відхилень у розвитку, чи потрібні більш структуровані види терапії?
6. Як відстежувати індивідуальну динаміку розвитку дитини в межах різних форм арт–технологій, якщо вони часто мають нечітко виражений результат?
7. Які методичні помилки найчастіше допускають педагоги при виборі та використанні форм та видів арт–технологій, і як їх уникнути?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** Ви плануєте тиждень «Кольорових історій» у середній групі. Запропонуйте, які форми та види арт–технологій ви використаєте щодня, щоб максимально розкрити тему кольору та емоцій, пов'язаних з ним.
2. **Ситуація:** У вас є дитина з вираженою сором'язливістю, яка не любить виступати перед групою. Які форми театральної арт–технології ви оберете, щоб допомогти їй розкритися, не чинячи тиску (наприклад, лялькотерапія, тіньовий театр, рольові ігри)? Обґрунтуйте вибір.
3. **Ситуація:** Група дітей старшого дошкільного віку проявляє підвищений інтерес до пізнання природи. Які форми образотворчих арт–технологій ви запропонуєте для інтеграції з екологічним вихованням (наприклад, малювання природними матеріалами, створення колажів з листя, ліплення комах)?
4. **Ситуація:** Ви помітили, що діти втомилися від традиційних занять. Запропонуйте незвичайну форму або вид арт–технології, яка здатна здивувати та зацікавити дітей, наприклад, «звуковий пейзаж» або «рухома скульптура». Опишіть її реалізацію.
5. **Ситуація:** Вихователь скаржиться, що діти погано запам'ятовують вірші. Які види музичних та рухових арт–технологій ви порекомендуєте для запам'ятовування римованого тексту, аби зробити процес цікавішим та ефективнішим?

Тема: МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ АРТ–ТЕХНОЛОГІЙ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Проблемні питання для обговорення:

1. Як досягти балансу між вільним творчим самовираженням дітей та необхідністю формування певних навичок (наприклад, володіння пензликом, ритмічні рухи) під час використання арт–технологій?
2. Які методи діагностики та оцінювання мистецько–творчого розвитку дітей є найефективнішими в контексті арт–технологій, і чи можна уникнути суб'єктивності в оцінці?
3. Чи є доцільним стандартизувати методичні рекомендації щодо арт–технологій для всіх ЗДО, чи краще залишати широкий простір для індивідуальної адаптації та творчості педагогів?
4. Як забезпечити системність та послідовність у впровадженні арт–технологій протягом усього дошкільного періоду, щоб вони не були епізодичними?
5. Які існують ризики некоректного застосування арт–технологій (наприклад, нав'язування зразка, надмірна критика, ігнорування потреб дитини) і як їх мінімізувати?
6. Як ефективно використовувати зворотний зв'язок від дитини під час заняття з арт–технологій, щоб підтримати її ініціативу та скоригувати свою діяльність?
7. Яким чином можна залучити батьків до процесу використання арт–технологій вдома, щоб підтримати і посилити ефект роботи в ЗДО?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** Ви проводите заняття з малювання, використовуючи нетрадиційну техніку (наприклад, монотипія). Одна дитина наполегливо намагається малювати «як завжди» пензликом і відмовляється експериментувати. Ваші дії.
2. **Ситуація:** Після заняття з музично–ритмічної діяльності ви помічаєте, що одна дитина продовжує хаотично стрибати і не може заспокоїтися. Які методичні прийоми ви використаєте, щоб допомогти їй перейти до спокійної діяльності?
3. **Ситуація:** Ви розробили конспект заняття з казкотерапії, але під час розповіді казки діти починають задавати питання, що відхиляються від сюжету, або пропонувати власні повороти подій. Як ви зреагуєте на це? Чи будете ви дотримуватися конспекту?
4. **Ситуація:** До вас звертається молодий вихователь, який відчуває невпевненість у проведенні занять з арт–технологій, оскільки сам не має яскраво виражених творчих здібностей. Які методичні поради ви йому дасте, щоб він зміг ефективно працювати?
5. **Ситуація:** Ви помітили, що деякі діти в групі використовують матеріали для творчості (фарби, пластилін) не за призначенням (розмазують по одягу, кидаються шматочками). Ваші методичні кроки для встановлення правил та підтримки порядку, не пригнічуючи при цьому творчої свободи.

Тема: КАЗКОТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Проблемні питання для обговорення:

1. Як відрізнити «розповідь казки» від справжньої «казкотерапії»? Які елементи роблять розповідь терапевтичною?
2. Наскільки доцільно використовувати авторські казки в казкотерапії, якщо діти звикли до традиційних народних? Як забезпечити їхню адаптацію та корекційний потенціал?
3. Чи є ризик, що дитина з ООП може неправильно інтерпретувати або травмуватися певними елементами казки? Як мінімізувати цей ризик при виборі та розповіді казок?
4. Як залучати дитину до активної участі в казкотерапії (створення, доповнення, драматизація), якщо вона має порушення мовлення або соціальної взаємодії?
5. Які критерії слід використовувати при виборі казки для конкретної корекційної мети (наприклад, подолання страхів, адаптація, вирішення конфліктів)?
6. Як ефективно використовувати метафоричний зміст казки для роботи з підсвідомістю дитини, якщо її когнітивні здібності обмежені?
7. Яким чином можна інтегрувати казкотерапію з іншими арт–технологіями (малювання, ліплення, музика) для посилення її ефекту?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** У групі є дитина, яка дуже боїться темряви. Вирішіть цю проблему за допомогою казкотерапії. Яку казку ви вигадаєте (або використаєте існуючу), які елементи сюжету чи персонажі допоможуть дитині подолати страх?
2. **Ситуація:** Дві дитини постійно конфліктують через іграшки. Розробіть фрагмент казкотерапевтичного заняття, що допоможе їм зрозуміти важливість ділитися та домовлятися. Яку казку ви використаєте або створите?
3. **Ситуація:** До вас звернулася мама дитини з РАС, яка має труднощі з адаптацією до ЗДО. Як ви застосуєте казкотерапію для полегшення цього процесу? Які акценти зробите у казці?
4. **Ситуація:** Ви розповідаєте казку, і дитина раптом говорить: «Ні, так не було! Це неправда!». Як ви зреагуєте на це, щоб не зруйнувати терапевтичний ефект казки?
5. **Ситуація:** У вас є дитина з порушенням мовлення, яка не може активно брати участь у проговоренні ролей. Як ви залучите її до казкотерапевтичного процесу, використовуючи невербальні засоби або інші види арт–технологій?

Тема: ІМАГОТЕРАПІЯ (ЛЯЛЬКОТЕРАПІЯ, ДРАМОТЕРАПІЯ)

Проблемні питання для обговорення:

1. У чому принципова різниця між іграми з ляльками та цілеспрямованою лялькотерапією? Які методичні аспекти перетворюють гру на терапію?
2. Які існують етичні межі у використанні драмотерапії з дітьми, особливо коли вони відтворюють складні або «негативні» образи? Як забезпечити безпеку дитини?
3. Наскільки ефективною є імаготерапія для дітей з важкими порушеннями розвитку (наприклад, глибокі інтелектуальні порушення, тяжкі форми РАС)? Чи потребує вона значних адаптацій?
4. Чи може надмірне захоплення дітей роллю у драмотерапії призвести до втрати зв'язку з реальністю? Як уникнути такого явища?
5. Яким чином можна використовувати лялькотерапію для корекції агресивної поведінки або подолання страхів у дітей з ООП? Які конкретні техніки ви б застосували?
6. Як організувати простір для імаготерапії, щоб він був функціональним, безпечним та максимально сприяв творчому розкриттю дітей, особливо з урахуванням різних нозологій?
7. Які існують особливості використання різних видів ляльок (пальчикові, рукавичкові, планшетні, маріонетки, тіньові) для різних терапевтичних цілей та для дітей з різними потребами?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** У вас є дитина, яка проявляє агресію до інших дітей, часто штовхається. Вирішіть цю проблему за допомогою лялькотерапії. Яких ляльок ви використаєте, який сюжет розіграєте, щоб допомогти дитині зрозуміти наслідки такої поведінки та знайти альтернативні способи вираження гніву?
2. **Ситуація:** Дитина з порушенням мовлення не може чітко проговорити слова ляльки. Як ви адаптуєте лялькотерапію, щоб вона все одно могла повноцінно брати участь у драматизації (наприклад, використання піктограм, жестів, інших невербальних засобів)?
3. **Ситуація:** Під час драматизації казки одна дитина відмовляється виконувати свою роль, сідає і плаче. Ваші дії як терапевта. Як ви допоможете дитині впоратися з емоціями та, можливо, повернутися до гри?
4. **Ситуація:** Ви плануєте організувати невелику виставу для батьків. В групі є діти з різними видами ООП. Як ви розподілите ролі та адаптуєте сценарій, щоб кожна дитина, незалежно від її можливостей, могла відчувати себе успішною та взяти участь?
5. **Ситуація:** Дитина з РАС дуже прив'язалася до однієї конкретної ляльки і відмовляється грати з іншими. Як ви використаєте цю прив'язаність для терапевтичних цілей, не обмежуючи дитину, але й розширюючи її можливості?

Тема: ПІСКОВА (ПІЩАНА) ТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Проблемні питання для обговорення:

1. Які психологічні механізми лежать в основі корекційного впливу пісочної терапії, і чим вона відрізняється від звичайної гри з піском?
2. Чи існують протипоказання для використання пісочної терапії у дітей з певними видами ООП (наприклад, сенсорні розлади, алергії)? Як їх врахувати?
3. Наскільки важлива роль терапевта у процесі пісочної терапії: чи є він лише спостерігачем, чи активним учасником? Як взаємодіяти з дитиною під час її роботи з піском?
4. Які елементи (фігурки, природні матеріали) є обов'язковими для пісочниці, а які – бажаними, і як їхнє використання впливає на терапевтичний процес?
5. Як інтерпретувати створені дитиною пісочні світи, якщо вона не може вербалізувати свої почуття або думки? Які невербальні сигнали можуть бути показовими?
6. Чи може пісочна терапія використовуватися для групової роботи, чи вона ефективна лише в індивідуальному форматі? Які особливості групової роботи з піском?

7. Які методичні прийоми слід використовувати для «виходу» дитини з пісочного світу після заняття, щоб вона не залишалася в ілюзорному просторі?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** Дитина з підвищеною тривожністю не може заспокоїтися, постійно рухається. Як ви використаєте пісочну терапію для її релаксації та стабілізації емоційного стану? Які елементи та дії ви запропонуєте?
2. **Ситуація:** У вас є дитина з РАС, яка демонструє стереотипні рухи та небажання контактувати. Як ви можете ініціювати взаємодію за допомогою пісочної терапії, використовуючи її як міст для комунікації?
3. **Ситуація:** Дитина з порушенням мовлення не може розповісти про створений нею пісочний світ. Як ви допоможете їй «розказати» про нього, використовуючи невербальні засоби або інші стимули?
4. **Ситуація:** Під час заняття з пісочної терапії дитина починає розкидати пісок, руйнувати створені фігурки. Ваші дії. Як ви перенаправите її активність у конструктивне русло?
5. **Ситуація:** Ви помітили, що дитина створює «страшний» пісочний світ, наповнений монстрами та руйнуваннями. Як ви зреагуєте на це? Які питання поставите дитині, щоб зрозуміти її внутрішній стан і допомогти опрацювати його?

Тема: АРТ-ТЕХНОЛОГІЇ В МУЗИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ДІТЕЙ (МУЗИКОТЕРАПІЯ, ВОКАЛОТЕРАПІЯ)

Проблемні питання для обговорення:

1. Як відрізнити музичне заняття від музикотерапії? Які елементи надають музичній діяльності терапевтичний характер у роботі з дітьми з ООП?
2. Наскільки важливий професійний музичний досвід педагога для ефективного проведення музикотерапії, чи достатньо знання методик та корекційної педагогіки?
3. Чи існують певні музичні жанри або інструменти, які є найбільш ефективними/неефективними для корекції певних порушень у дітей з ООП? Які?
4. Як забезпечити індивідуальний підхід до дітей з різними порушеннями слуху або мовлення під час групових занять з музикотерапії, щоб кожна дитина отримала максимальну користь?
5. Які етичні аспекти слід враховувати при виборі музики для терапевтичних цілей, щоб вона не викликала негативних реакцій або спогадів у дітей, особливо в умовах воєнного стану?
6. Як використовувати вокалотерапію для дітей з порушеннями мовлення, що мають низьку мотивацію до проговорювання звуків, слів? Які ігрові прийоми стимулюють їх до співу?
7. Які методи інтеграції музикотерапії з іншими арт-технологіями (наприклад, музико-малювання, музично-ритмічна драма) є найбільш перспективними та ефективними?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** У групі є дитина з РАС, яка дуже чутлива до гучних звуків і відмовляється брати участь у музичних заняттях. Як ви адаптуєте музикотерапію, щоб вона могла комфортно перебувати в музичному середовищі та брати участь?
2. **Ситуація:** Ви помітили, що дитина з порушенням мовлення має дуже слабкий голос і нечітку артикуляцію. Розробіть фрагмент вокалотерапевтичного заняття, що включає вправи для розвитку дихання та артикуляції через спів та звуконаслідування.
3. **Ситуація:** Під час музично-ритмічної вправи одна дитина постійно відхиляється від ритму і не може синхронізувати свої рухи з музикою. Як ви допоможете їй відчувати ритм, не зупиняючи загальний процес заняття?
4. **Ситуація:** До вас звернулися батьки, які вважають, що їхня дитина з порушенням слуху не потребує музичних занять, оскільки «все одно нічого не чує». Як ви поясните їм

важливість музикотерапії для їхньої дитини, акцентуючи на інших видах сприйняття музики?

5. **Ситуація:** Ви проводите заняття з музикотерапії, використовуючи різні музичні інструменти. Одна дитина з інтелектуальним порушенням просто хаотично стукає по барабану, не дотримуючись ритму. Як ви спрямуєте її дії в більш організоване русло, зберігаючи її інтерес?

Тема: ТАНЦЮВАЛЬНО–РУХОВА ТЕХНОЛОГІЯ В РОЗВИТКУ ДІТЕЙ

Проблемні питання для обговорення:

1. У чому принципова відмінність танцювально–рухової терапії від звичайних музично–ритмічних занять чи фізкультури в ЗДО? Які терапевтичні цілі вона переслідує?
2. Наскільки важлива кваліфікація фахівця для проведення ТРТ, чи може будь–який вихователь з музичною освітою ефективно її застосовувати?
3. Які існують бар'єри та обмеження для використання ТРТ для дітей з важкими фізичними порушеннями (наприклад, ДЦП, значні порушення опорно–рухового апарату)? Як їх подолати?
4. Як використовувати ТРТ для корекції агресії та аутоагресії у дітей, надаючи їм безпечний простір для вираження цих емоцій через рух?
5. Яким чином можна адаптувати ТРТ для дітей з розладами аутичного спектра, які часто мають труднощі з імітацією, контактом очима та дотиками?
6. Які методи оцінювання ефективності ТРТ можна застосовувати, якщо її вплив часто проявляється на емоційному та соціальному рівнях, які важко виміряти кількісно?
7. Як забезпечити безпеку дітей під час занять ТРТ, враховуючи можливі порушення координації, рухових стереотипів у дітей з ООП?

Ситуаційні завдання:

1. **Ситуація:** У вас є дитина з РАС, яка уникає зорового контакту та тактильних дотиків. Як ви використаєте техніки танцювально–рухової терапії (наприклад, віддзеркалення, спільний рух з дистанції), щоб встановити з нею невербальний контакт?
2. **Ситуація:** Група дітей надмірно рухлива, має труднощі з концентрацією уваги. Розробіть фрагмент заняття з ТРТ, який допоможе дітям навчитися контролювати свої рухи та емоції, переходячи від активної фази до спокійної.
3. **Ситуація:** Дитина з порушенням опорно–рухового апарату пересувається на візку, але дуже хоче брати участь у танцювальних іграх. Як ви адаптуєте рухи та залучите її до спільного танцю, щоб вона відчувала себе повноцінним учасником?
4. **Ситуація:** Під час заняття з ТРТ дитина починає виконувати хаотичні, неконтрольовані рухи. Як ви зреагуєте на це, щоб допомогти дитині організувати свій рух і не допустити травмування?
5. **Ситуація:** До ЗДО прийшла нова дитина, яка дуже сором'язлива і боїться рухатися, щоб її не помітили. Як ви використаєте танцювально–рухову терапію, щоб допомогти їй відчувати себе комфортно в групі та поступово розкритися?

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

Тестові завдання до теми «Арт–технології в системі дошкільної освіти»

1. Що є головною метою впровадження арт–технологій у дошкільну освіту?
А) Навчити дітей малювати шедеври.
Б) Підготувати дітей до художньої школи.
В) Сприяти всебічному розвитку особистості дитини через мистецьку діяльність.
Г) Забезпечити дозвілля дітей.
2. Який нормативний документ визначає важливість формування мистецько–творчої компетентності у дітей дошкільного віку в Україні?
А) Конвенція ООН про права дитини.
Б) Закон України «Про дошкільну освіту».
В) Базовий компонент дошкільної освіти.
Г) Державні стандарти початкової освіти.
3. Яке з перелічених понять найбільш повно охоплює спектр арт–технологій у дошкільній освіті?
А) Виключно малювання та ліплення.
Б) Лише музичні заняття.
В) Комплекс мистецько–педагогічних технологій, що впливають на різні сфери розвитку дитини.
Г) Методики зняття стресу.
4. Яка психологічна особливість дошкільників робить арт–технології особливо ефективними для їхнього розвитку?
А) Раціональне мислення.
Б) Образне мислення та емоційна чутливість.
В) Здатність до логічного аналізу.
Г) Високий рівень самоконтролю.
5. Який принцип впровадження арт–технологій є ключовим для формування внутрішньої мотивації дитини до творчості?
А) Принцип наслідування зразка.
Б) Принцип жорсткого планування.
В) Принцип добровільності та вільного вибору.
Г) Принцип швидкого отримання результату.
6. Яке твердження про роль педагога в арт–технологіях є найбільш точним?
А) Педагог є контролером правильності виконання.
Б) Педагог є лише спостерігачем.
В) Педагог є фасилітатором, натхненником та помічником у творчому процесі.
Г) Педагог має бути видатним художником.
7. Що є одним з головних викликів при впровадженні арт–технологій у ЗДО?
А) Відсутність інтересу у дітей.
Б) Надлишок методичних матеріалів.
В) Недостатня кваліфікація педагогів та обмеженість ресурсів.
Г) Складність оцінювання результатів.
8. Який з перелічених аспектів не є прямою метою арт–технологій у дошкільній освіті?
А) Розвиток дрібної моторики.
Б) Корекція емоційних порушень.
В) Професійна підготовка до художньої діяльності.
Г) Розвиток уяви та фантазії.
9. Яке середовище є найсприятливішим для реалізації арт–технологій у ЗДО?
А) Суворо регламентоване, з чіткими інструкціями.
Б) Розвивальне, мотивуюче, безпечне, з можливістю вільного доступу до матеріалів.
В) Виключно групове, без індивідуального підходу.
Г) Навчання лише за зразком.

10. Яка з перелічених переваг використання арт–технологій є найбільш значущою для дітей з ООП?
- А) Можливість працювати з дорогими матеріалами.
 - Б) Прискорення інтелектуального розвитку.
 - В) Надання альтернативних каналів комунікації та самовираження.
 - Г) Формування навичок швидкого виконання завдань.

Тестові завдання до теми «Форми та види арт–технологій в системі освіти дітей дошкільного віку»

1. До якого виду арт–технологій належить малювання, ліплення та аплікація?
 - А) Музичне мистецтво.
 - Б) Театральне мистецтво.
 - В) Художнє слово.
 - Г) Образотворче мистецтво.
2. Який вид мистецтва використовує рух, спів та гру на музичних інструментах?
 - А) Образотворче мистецтво.
 - Б) Музичне мистецтво.
 - В) Декоративно–прикладне мистецтво.
 - Г) Літературна творчість.
3. Яка з перелічених форм арт–технологій сприяє розвитку образного мислення та просторового уявлення через роботу з об’ємом?
 - А) Малювання.
 - Б) Аплікація.
 - В) Ліплення.
 - Г) Спів.
4. Який вид арт–технології найбільш ефективний для перевтілення, розвитку емоційної сфери та комунікативних навичок?
 - А) Вокалотерапія.
 - Б) Пісочна терапія.
 - В) Театральне мистецтво (драмотерапія, лялькотерапія).
 - Г) Графіка.
5. Що є характерною особливістю нетрадиційних технік малювання?
 - А) Використання лише пензликів та фарб.
 - Б) Застосування нетипових матеріалів та інструментів (пальчики, нитки, листя тощо).
 - В) Чітке дотримання зразка.
 - Г) Фокус виключно на кінцевому результаті.
6. Яка форма арт–технології є ефективною для розвитку дрібної моторики та виховання акуратності через роботу з дрібними деталями та наклеюванням?
 - А) Музично–ритмічні рухи.
 - Б) Аплікація.
 - В) Казкотерапія.
 - Г) Вокалотерапія.
7. Який вид арт–технології використовує створення словесних історій, віршів, загадок?
 - А) Музикотерапія.
 - Б) Художнє слово (словесна творчість).
 - В) Піскова терапія.
 - Г) Конструювання.
8. Яка з форм арт–технологій може бути використана для опрацювання емоцій та моделювання конфліктних ситуацій у безпечному ігровому просторі?
 - А) Спів.
 - Б) Ліплення.
 - В) Лялькотерапія.
 - Г) Аплікація.

9. Який вид арт–технології допомагає дітям краще відчувати ритм, координацію рухів та просторове орієнтування?
 - А) Малювання.
 - Б) Казкотерапія.
 - В) Музично–ритмічні рухи.
 - Г) Словесна творчість.
10. Яка форма арт–технології є ефективною для зміцнення дрібної моторики, розвитку об'ємного мислення та тактильних відчуттів?
 - А) Драматерапія.
 - Б) Конструювання з дрібних деталей (наприклад, лего).
 - В) Слухання музики.
 - Г) Розповідь казки.

Тестові завдання до теми «Методичні аспекти арт–технологій в роботі з дітьми дошкільного віку»

1. Який методичний принцип передбачає урахування рівня розвитку та інтересів кожної дитини?
 - А) Принцип колективності.
 - Б) Принцип індивідуалізації.
 - В) Принцип стандартизації.
 - Г) Принцип однотипності.
2. Що є головним завданням педагога при стимулюванні творчості в арт–технологіях?
 - А) Навчити точно копіювати зразок.
 - Б) Створити умови для вільного експериментування та самовираження.
 - В) виправити всі «помилки» у роботі дитини.
 - Г) Проводити заняття за чітким планом без відхилень.
3. Який метод є найбільш доцільним для ознайомлення дітей з новою арт–технікою?
 - А) Лише словесне пояснення.
 - Б) Показ, супроводжений коротким, чітким поясненням.
 - В) Запропонувати дитині здогадатися самій.
 - Г) Дати шаблон і вимагати точного повторення.
4. Яка форма організації діяльності є найбільш ефективною для розвитку соціальних навичок в арт–технологіях?
 - А) Суто індивідуальна робота.
 - Б) Групова (колективна) діяльність.
 - В) Фронтальна робота з одним завданням.
 - Г) Виконання завдань лише вдома.
5. Що слід враховувати при оцінюванні продуктів дитячої творчості в арт–технологіях?
 - А) Переважно процес творчості та зусилля дитини, а не лише кінцевий продукт.
 - Б) Відповідність дорослому зразку.
 - В) Швидкість виконання роботи.
 - Г) Вартість використаних матеріалів.
6. Який методичний прийом допомагає створити атмосферу успіху та підвищити самооцінку дитини?
 - А) Вказувати лише на недоліки.
 - Б) Порівнювати роботи дітей між собою.
 - В) Заохочувати, хвалити за старанність та оригінальність.
 - Г) Ігнорувати дитячі досягнення.
7. Чому ігрова форма є провідною у впровадженні арт–технологій для дошкільників?
 - А) Вона є найлегшою для педагога.
 - Б) Відповідає провідній діяльності дошкільника, робить процес цікавим та невимушеним.
 - В) Сприяє швидкому вивченню теорії мистецтва.
 - Г) Забезпечує тишу та спокій на заняттях.

8. Який зворотний зв'язок є найбільш ефективним для дитини під час творчої діяльності?
 - А) Критика та виправлення помилок.
 - Б) Підтримуючі коментарі, запитання про її задум, заохочення до продовження.
 - В) Мовчазне спостереження.
 - Г) Вказівка на те, що потрібно переробити.
9. Що є важливим для коригування роботи з дітьми з ООП у процесі арт-технологій?
 - А) Використання адаптованих матеріалів, спрощених інструкцій, індивідуальної допомоги.
 - Б) Вимагати від них таких самих результатів, як і від нормотипових дітей.
 - В) Ігнорувати їхні особливі потреби.
 - Г) Повністю виключати їх з творчої діяльності.
10. Який матеріал є універсальним для арт-технологій і сприяє розвитку тактильних відчуттів та дрібної моторики?
 - А) Енциклопедії.
 - Б) Пластилін, глина, тісто.
 - В) Скрипка.
 - Г) Книги.

Тестові завдання до теми «Казкотерапія в роботі з дітьми дошкільного віку»

1. Що є головною метою казкотерапії в роботі з дітьми дошкільного віку?
 - А) Лише розважити дитину.
 - Б) Навчити дитину переказувати казки.
 - В) Корекція емоційно-поведінкових порушень, розвиток уяви та емпатії.
 - Г) Просторове мислення.
2. Яке з тверджень найкраще описує казкотерапію?
 - А) Це читання казок дітям перед сном.
 - Б) Це метод навчання моралі через казки.
 - В) Це використання казкових сюжетів, образів, символів для діагностики, корекції та розвитку особистості.
 - Г) Це просто ігрова форма проведення дозвілля.
3. Яка функція казки є ключовою в казкотерапії для опрацювання дитячих страхів?
 - А) Розважальна.
 - Б) Пізнавальна.
 - В) Катарсична (очищуюча, що допомагає пережити та відпустити).
 - Г) Навчальна.
4. Який механізм дозволяє дитині «приміряти» різні ролі та шукати рішення проблем у казкотерапії?
 - А) Запам'ятовування тексту.
 - Б) Фізична активність.
 - В) Ідентифікація з персонажами та метафоричне відображення реальності.
 - Г) Прямі вказівки терапевта.
5. Що є важливим для вибору казки з терапевтичною метою?
 - А) Її популярність серед дітей.
 - Б) Її довжина.
 - В) Відповідність проблемі дитини, її віку та психологічним особливостям.
 - Г) Кількість ілюстрацій.
6. Який з перелічених прийомів не є характерним для активної форми казкотерапії?
 - А) Малювання після казки.
 - Б) Інсценування казки.
 - В) Виключно пасивне прослуховування казки без обговорення.
 - Г) Придумування продовження казки.
7. Яке завдання допомагає дитині з ООП з порушенням мовлення включитися в казкотерапію?
 - А) Вимагати переказувати весь текст.

- Б) Використання візуальних карток, піктограм, звуконаслідування, коротких фраз.
 - В) Ігнорувати її участь.
 - Г) Давати лише дуже складні казки.
8. Що означає «безпечний простір» у казкотерапії?
- А) Місце, де немає інших дітей.
 - Б) Атмосфера довіри, прийняття, відсутності критики, де дитина може вільно виражати почуття.
 - В) Приміщення без вікон.
 - Г) Місце з великою кількістю іграшок.
9. Яке твердження про використання авторських казок у казкотерапії є вірним?
- А) Авторські казки завжди кращі за народні.
 - Б) Їх можна адаптувати або створювати самостійно під конкретну терапевтичну мету.
 - В) Вони не мають терапевтичного потенціалу.
 - Г) Їх не можна використовувати для корекції.
10. Який аспект є ключовим для ефективного завершення казкотерапевтичного заняття?
- А) Просто перейти до іншого заняття.
 - Б) Обговорення казки, висновок, вихід з казкового простору в реальність.
 - В) Запам'ятовування всіх персонажів.
 - Г) Швидке виконання наступного завдання.

Тестові завдання до теми «Імаготерапія (лялькотерапія, драмотерапія)»

1. Що є основним інструментом імаготерапії?
- А) Фарби та пензлики.
 - Б) Музичні інструменти.
 - В) Ляльки, маски, образи, ролі.
 - Г) Пісок.
2. Яка головна мета лялькотерапії в роботі з дітьми дошкільного віку?
- А) Навчити дитину шити ляльки.
 - Б) Підготувати до театральної сцени.
 - В) Допомога у вираженні та опрацюванні емоцій, розвиток комунікації та соціальних навичок.
 - Г) Розвиток математичних здібностей.
3. Яке з тверджень не є перевагою використання ляльок у терапії?
- А) Лялька може бути «посередником» між дитиною та дорослим.
 - Б) Дитина може виразити через ляльку те, що не може сказати сама.
 - В) Лялька завжди розвеселить дитину, незалежно від її стану.
 - Г) Лялька допомагає програвати складні ситуації.
4. Яка форма імаготерапії передбачає відтворення сюжетів за допомогою власного тіла, міміки, жестів?
- А) Лялькотерапія.
 - Б) Драмотерапія (гра–драматизація).
 - В) Пісочна терапія.
 - Г) Вокалотерапія.
5. Що є ключовим для ефективності драмотерапії для дітей з ООП?
- А) Складний сценарій з багатьма ролями.
 - Б) Виконання ролей дітьми без допомоги дорослого.
 - В) Адаптація ролей та сценарію до можливостей дитини, візуальні підказки, підтримка.
 - Г) Фокус лише на акторській майстерності.
6. Який вид ляльок є найбільш зручним для розвитку дрібної моторики та емоційного вираження?
- А) Великі ростові ляльки.
 - Б) Пальчикові ляльки.
 - В) Ляльки–маріонетки.
 - Г) Статичні ляльки з картону.

7. Яке корекційне завдання найефективніше вирішується за допомогою імаготерапії при роботі з агресивною поведінкою?
 - А) Покарання за агресію.
 - Б) Заборона виражати гнів.
 - В) Програвання агресивних сценаріїв у безпечному ігровому контексті, пошук альтернативних рішень.
 - Г) Ігнорування агресії.
8. Яке твердження про використання масок в імаготерапії є вірним?
 - А) Маски завжди лякають дітей.
 - Б) Маски використовуються лише для приховування обличчя.
 - В) Маски допомагають дитині «приміряти» різні образи та виразити почуття, що неможливо виразити без маски.
 - Г) Маски потрібні лише для святкових вистав.
9. Що є важливим для взаємодії терапевта з дитиною під час імаготерапії?
 - А) Вимагати точного виконання ролі.
 - Б) Критикувати «неправильні» рухи.
 - В) Бути гнучким, реагувати на ініціативу дитини, підтримувати її гру.
 - Г) Завжди перебирати ініціативу на себе.
10. Яка перевага імаготерапії дозволяє дітям з порушеннями комунікації виражати свої думки?
 - А) Вимога говорити лише правильними реченнями.
 - Б) Можливість невербального вираження через рух ляльки, міміку, жести.
 - В) Надання складних текстів для заучування.
 - Г) Відмова від будь-якої взаємодії.

Тестові завдання до теми «Піскова (піщана) терапія в роботі з дітьми дошкільного віку»

1. Що є основним матеріалом для піскової терапії?
 - А) Глина.
 - Б) Пісок (сухий та/або мокрий).
 - В) Вода.
 - Г) Сніг.
2. Яка психологічна особливість піску робить його ефективним у терапії?
 - А) Його запах.
 - Б) Його природна здатність до зміни форми, створення об'ємів та тактильна привабливість.
 - В) Його колір.
 - Г) Його вага.
3. Яке основне завдання пісочної терапії в роботі з дітьми з ООП?
 - А) Навчити будувати замки з піску.
 - Б) Зміцнити фізичну витривалість.
 - В) Корекція емоційно-вольової сфери, розвиток дрібної моторики, сенсорної інтеграції та творчого мислення.
 - Г) Вивчення географії.
4. Що є ключовим елементом для створення пісочного світу в пісочній терапії?
 - А) Велика кількість однакових іграшок.
 - Б) Набір мініатюрних фігурок (людей, тварин, будівель, природних об'єктів).
 - В) Лише природні матеріали.
 - Г) Спеціальні формочки для піску.
5. Який механізм дозволяє дитині «винести» свої внутрішні проблеми та переживання назовні у пісочній терапії?
 - А) Запам'ятовування інструкцій.
 - Б) Фізична активність.
 - В) Створення символічного світу на піску, що відображає її внутрішній світ.

- Г) Розмова з терапевтом без залучення піску.
6. Для якої категорії дітей з ООП пісочна терапія є особливо ефективною для сенсорної стимуляції?
- А) Діти з порушеннями зору.
 Б) Діти з порушеннями слуху.
 В) Діти з розладами аутичного спектра та інтелектуальними порушеннями.
 Г) Діти з порушеннями опорно-рухового апарату.
7. Яке твердження про роль терапевта у пісочній терапії є найбільш точним?
- А) Терапевт завжди диктує, що створювати.
 Б) Терапевт є лише стороннім спостерігачем.
 В) Терапевт є співучасником, який спостерігає, підтримує та ставить запитання для глибшого усвідомлення.
 Г) Терапевт повинен заздалегідь створити зразок для наслідування.
8. Яке корекційне завдання може бути вирішене через пісочну терапію при роботі з агресивною поведінкою дитини?
- А) Заборона руйнувати пісочний світ.
 Б) Можливість виразити агресію через руйнування пісочних фігурок або створення «злих» образів у безпечному просторі.
 В) Навчити дитину уникати піску.
 Г) Використовувати пісок як покарання.
9. Яка особливість пісочниці зі світловим столом робить її цінною для роботи з дітьми з ООП?
- А) Вона є дуже дорогою.
 Б) Додаткова візуальна стимуляція, створення атмосфери чарівності, розвиток зорового сприйняття.
 В) Вона замінює звичайну пісочницю.
 Г) Вона використовується лише для діагностики.
10. Що є важливим для завершення сесії пісочної терапії?
- А) Просто прибрати пісочницю.
 Б) Обговорення створеного світу, його значення для дитини, «повернення» в реальність.
 В) Запам'ятовування всіх деталей світу.
 Г) Залишити світ без змін назавжди.

Тестові завдання до теми «Арт–технології в музичній діяльності дітей (музикотерапія, вокалотерапія)»

1. Що є основою музикотерапії?
- А) Тільки класична музика.
 Б) Контрольоване та цілеспрямоване використання музики для досягнення терапевтичних цілей.
 В) Спонтанне прослуховування будь-якої музики.
 Г) Навчання нотної грамоти.
2. Яка основна мета музикотерапії для дітей з ООП?
- А) Вивчити якомога більше пісень.
 Б) Підготувати до музичної школи.
 В) Корекція емоційних порушень, стимуляція когнітивного, мовленнєвого та рухового розвитку.
 Г) Просто розважити дітей.
3. Який вид музикотерапії передбачає прослуховування музичних творів?
- А) Активна музикотерапія.
 Б) Рецептивна (пасивна) музикотерапія.
 В) Вокалотерапія.
 Г) Ритмопластика.
4. Яке корекційне завдання вирішує вокалотерапія для дітей з порушеннями мовлення?

- А) Розвиток математичних здібностей.
 - Б) Розвиток мовленнєвого дихання, артикуляції, темпу та ритму мовлення.
 - В) Зміцнення м'язів ніг.
 - Г) Навчання швидкого читання.
5. Для якої категорії дітей з ООП є особливо важливою вібраційна складова музики?
 - А) Діти з порушеннями зору.
 - Б) Діти з порушеннями опорно-рухового апарату.
 - В) Діти з порушеннями слуху.
 - Г) Діти з інтелектуальними порушеннями.
 6. Який музичний інструмент є найбільш доступним для використання у музикотерапії для розвитку дрібної моторики та відчуття ритму у дітей з різними потребами?
 - А) Фортепіано.
 - Б) Скрипка.
 - В) Маракаси, бубни, барабани.
 - Г) Гітара.
 7. Яке твердження про вибір музики для музикотерапії є вірним?
 - А) Завжди використовувати лише веселу музику.
 - Б) Вибір музики залежить від терапевтичних цілей та індивідуальних особливостей дитини.
 - В) Використовувати лише гучну музику.
 - Г) Використовувати лише пісні з багатьма словами.
 8. Що є важливим для корекції емоційного стану дитини за допомогою музикотерапії?
 - А) Примушувати дитину слухати музику, яка їй не подобається.
 - Б) Створення атмосфери розслаблення або, навпаки, активізації, залежно від потреби.
 - В) Використання музики, що викликає сум.
 - Г) Надання дитині складних музичних завдань.
 9. Яка форма музичної діяльності поєднує рух, мовлення та музику?
 - А) Слухання музики.
 - Б) Вокалотерапія.
 - В) Логоритміка.
 - Г) Гра на музичних інструментах.
 10. Що допомагає дітям з РАС краще сприймати музику та брати участь у музичній діяльності?
 - А) Вимкнення світла.
 - Б) Використання візуальних опор (карток, піктограм, жестів).
 - В) Збільшення гучності музики.
 - Г) Примусове залучення до співу.

Тестові завдання до теми «Танцювально-рухова технологія в розвитку дітей»

1. Що є основою танцювально-рухової терапії (ТРТ)?
 - А) Вивчення професійних танцювальних рухів.
 - Б) Використання руху як засобу для досягнення емоційної, когнітивної, фізичної та соціальної інтеграції.
 - В) Лише фізичні вправи для розвитку м'язів.
 - Г) Запам'ятовування балетних па.
2. Яка ключова перевага ТРТ для дітей з ООП, які мають труднощі з вербальною комунікацією?
 - А) Розвиток навичок письма.
 - Б) Надання альтернативного засобу самовираження та спілкування.
 - В) Вирішення всіх проблем зі здоров'ям.
 - Г) Прискорене вивчення іноземних мов.
3. Яка техніка ТРТ передбачає точне повторення рухів дитини терапевтом?
 - А) Імпровізація.
 - Б) Тематичний рух.

- В) Віддзеркалення (Mirroring).
Г) Гра з атрибутами.
4. Яке корекційне завдання ТРТ може допомогти вирішити проблему агресії у дітей?
А) Заборона на будь-які рухи.
Б) Вираження емоцій через рух у безпечний та прийнятний спосіб.
В) Сидіння без руху.
Г) Вимога приховувати свої почуття.
5. Для якої категорії дітей з ООП ТРТ є особливо цінною для розвитку координації, балансу та схеми тіла?
А) Діти з порушеннями слуху.
Б) Діти з порушеннями мовлення.
В) Діти з порушеннями опорно-рухового апарату.
Г) Діти з інтелектуальними порушеннями.
6. Що є важливим для адаптації ТРТ для дітей з порушеннями зору?
А) Вимкнення світла.
Б) Чіткі вербальні інструкції, тактильні підказки, безпечний простір.
В) Лише візуальні демонстрації.
Г) Виключення музичного супроводу.
7. Яка форма роботи в ТРТ сприяє розвитку соціальних навичок та взаємодії між дітьми?
А) Суто індивідуальні заняття.
Б) Парні та групові танці, спільні рухові ігри.
В) Виконання рухів за відеозаписом.
Г) Робота з однією іграшкою.
8. Що допомагає дітям з РАС краще включитися в заняття ТРТ?
А) Несподівані рухи та звуки.
Б) Використання структурованих рухів, повторюваних патернів, візуальних підказок.
В) Великі групи без індивідуальної підтримки.
Г) Складні хореографічні постановки.
9. Який результат танцювально-рухової терапії може сприяти підвищенню навчальної успішності?
А) Збільшення кількості фізичних вправ.
Б) Покращення уваги, концентрації, пам'яті через рухові послідовності.
В) Запам'ятовування історичних фактів.
Г) Розвиток навичок читання.
10. Який атрибут є найбільш універсальним для стимуляції різноманітних рухів у ТРТ?
А) Стіл.
Б) Стілець.
В) Шарфи, стрічки, м'ячі, хустки.
Г) Книга.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Антонович С. О. Арт-терапія як спосіб корекції дефіциту уваги в дітей дошкільного віку / С. О. Антонович // Харківський осінній марафон психотерапії : матеріали науково-практичної конференції (Харків, 28 жовтня 2017 року) / М-во освіти і науки України, ХНПУ імені Г. С. Сковороди [та ін.]. Харків : Діса плюс, 2017. С. 143–144.
2. Базовий компонент дошкільної освіти / Під. наук. керівн. Піроженко Т. О., 2021. 38 с. https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf
3. Бондаренко О. М. Використання пісочної терапії у формуванні графомоторних навичок дітей дошкільного віку / О. М. Бондаренко // Система освіти і виховання дітей з особливими освітніми потребами: досвід минулого – погляд у майбутнє : до 85-річчя акад. В. І. Бондаря [Електронне видання] : зб. наук. пр. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; [редкол.: Ю. Д. Бойчук (голов. ред.) та ін.]. Харків, 2023. С. 68–70.
4. Бондаренко Ю. Музикотерапія в системі корекційної допомоги дошкільникам зі зниженим зором [Текст] / Ю. Бондаренко // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія : збірник наукових праць / Міністерство освіти і науки України, Вінницький державний педагогічний університет, імені Михайла Коцюбинського ; [редкол.: В. І. Шахов, О. В. Акімова, Г. О. Балл та ін.]. – Вінниця : [ТОВ «Нілан-ЛТД»], 2016. Випуск 47. С. 154–159.
5. Борисова Л. С., Тичина, К. О., Супрун, Г. В., Хомик, Т. В., & Логвиненко, С. О. (2024). Особливості використання арт-терапевтичних технік під час корекційно-розвиткової допомоги дітям дошкільного віку із мовленнєвими труднощами. *Педагогічна Академія: наукові записки*, (9). <https://doi.org/10.5281/zenodo.13729813>
6. Борщенко Н. О. (2021). Використання засобів арт-терапії у формуванні емоційної стійкості дітей дошкільного віку. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*, (195), 159–163. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2021-1-195-159-163>
7. Види ляльок у ляльковому театрі <https://naurok.com.ua/prezentaciya-na-temu-vidi-lyalok-u-lyalkovomu-teatri-166190.html>
8. Використання елементів арт-терапії в умовах освітнього процесу закладів дошкільної освіти: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», методистів, вихователів закладів дошкільної освіти та батьків дітей дошкільного віку – Чернігів: ФОП Баликіна О.В., 2020 90 с.
9. Використання музикотерапії в умовах освітнього процесу закладів дошкільної освіти: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», методистів, вихователів закладів дошкільної освіти, музичних керівників та батьків дітей дошкільного віку Чернігів: ФОП Баликіна О.В., 2020 84 с. <https://surl.li/dbwmyl>
10. Войцеховська О. (2018). Піскова терапія як форма психологічної допомоги дітям та дорослим. *Молодий вчений*, 4 (56), 634–637. вилучено із <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/4821>
11. Горбатих В. В. (2008) *Арт-терапія в соціалізації дітей дошкільного віку*. Вісник Черкаського університету. Серія Педагогічні науки (№121). pp. 47–50.
12. Городиська В. В. (2021). Застосування музикотерапії в сучасних закладах дошкільної освіти. *Педагогічні науки: теорія та практика*, 2(1), 69–75. <https://doi.org/10.26661/2522-4360-2021-1-2-10>
13. Дитинство ХХІ століття: інноваційна освіта: матеріали ІІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції (Кременчуцький педагогічний коледж імені А.С.Макаренка, 9 жовтня 2020 року) / [редакторупорядник: Т.В.Яценко] Кременчук: ПП «Бітарт», 2020. 140 с.

14. Донченко О. С. Арт-терапія як засіб розвитку професійної креативності майбутніх вихователів дошкільного навчального закладу у процесі фахової підготовки. № 5 (2017): Scientific Proceedings of Ostroh Academy National University. Psychology Series
15. Елементи танцювально-рухової терапії у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку: особливості використання <https://vseosvita.ua/news/elementy-tantsiuvalno-rukhovo-terapii-u-roboti-z-ditmy-doshkilnoho-ta-molodshoho-shkilnoho-viku-osoblyvosti-vykorystannia-41815.html>
16. Замелюк М.І., Магисюк Л.І. Мистецтво арт-терапії у роботі з дітьми дошкільного віку. НАУКОВИЙ ВІСНИК МУКАЧІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ. СЕРІЯ «ПЕДАГОГІКА ТА ПСИХОЛОГІЯ». Том 7, № 2, 2021. С. 79-85.
17. Імаготерапія як інноваційний засіб у роботі з дітьми з особливими потребами» <https://xn--80ahduoahv1d3d.xn--j1amh/?p=3393>
18. Казачінер О., Бойчук Ю. Ляльки – «моральні путівники» як засіб формування життєвої компетентності дітей дошкільного віку. Acta Paedagogica Volyniensis, 3, 2021. 15–21. <http://www.journals.vnu.volyn.ua/index.php/pedagogy/article/view/84/69>
19. Калініна Ю. Особливості використання елементів танцювально-рухової терапії у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку Вебінар: <https://vseosvita.ua/webinar/osoblivosti-vikoristanna-elementiv-tancuvalno-rukhovo-terapii-u-roboti-z-ditmi-doshkilnogo-ta-molodsogo-skilnogo-viku-359.html>
20. Каряка І., Хорщак Ю. Пісочна терапія як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку. (2021). *Психологія: реальність і перспективи*, 1(16), 80-88. <https://doi.org/10.35619/prapr.v1i16.220>
21. Клевака Леся Петрівна, Гришко Ольга Іванівна. Особливості організації занять з музикотерапії в роботі з дошкільниками інклюзивної групи ЗДО. <https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PolNTU/7541/1/5.docx>
22. Коновалова Л. М. Казкотерапія як засіб корекції мовлення дітей дошкільного віку / Л. М. Коновалова, О. В. Ласточкіна // Сучасні проблеми логопедії та реабілітації : матеріали VI Всеукраїнської заочної науково-практичної конференції (14 квітня 2017 року, м. Суми). Суми : ФОП Цьома С. П., 2017. С. 28–31.
23. Костенко Н., Азаренко Н. Арт-терапія як засіб творчого та емоційного розвитку дітей дошкільного віку. Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика : матеріали IX Міжнар. наук.-практ. конф., (м. Харків, 19–20 берез. 2025 р.) / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; за ред. О. І. Башкір, О. В. Попової. Харків, 2025. С. 152–156.
24. Кошель А.П., Кульбако Н.П. Використання елементів арт-терапії в умовах освітнього процесу закладів дошкільної освіти: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», методистів, вихователів закладів дошкільної освіти та батьків дітей дошкільного віку Чернівці: ФОП Баликіна О.В., 2020 90 с.
25. Лісневська Н. Казкотерапія як психотерапевтичний метод впливу на психічний стан дітей дошкільного віку. № 3 (2023): Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Педагогічні науки. С. 264-275.
26. Методичний посібник з музикотерапії для дітей дошкільного віку зі складними порушеннями психофізичного розвитку / Укладач Н. Квітка. К.: 2013. 82 с. <https://surl.li/stquod>
27. Музикотерапія для дошкільників. Педрада. <https://oplatforma.com.ua/article/2247-muzikoterapiya-dlya-doshklnikov>
28. Музична психологія і терапія : навч. посіб. для студ. спец. “Музичне мистецтво” [Електронний ресурс] / Вікторія Драганчук ; передм. Л. Кияновської ; Східноєвр. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. 230 с. <https://surl.li/dhklkb>
29. Організація театралізованої діяльності дітей дошкільного віку. значення театралізованої діяльності для гармонійного розвитку дошкільників <https://surl.li/jhpopc>

30. Острів безпеки у світі небезпек: на допомогу бібліотерапевту / упоряд. Л.А. Лугова, Ю.В. Стадницька; Львівська обласна бібліотека для дітей. Львів, 2012. 160 с. <https://www.library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/04/23-2.pdf>
31. Педагогічні технології інклюзивного навчання: навчально-методичний посібник для студентів закладів вищої педагогічної освіти; уклад. : А. Василюк, Ю. Бондар, А. Хіля. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця, 2020. 168 с.
32. Підлипняк І. Театралізована діяльність як засіб розвитку творчої особистості дітей дошкільного віку. *Acta Paedagogica Volyniensis*, 4, 29–35. <https://surli.cc/glfudy>
33. Пісочна терапія в роботі з дошкільниками. // Педрада <https://surli.lu/tiwahk>
34. Половіна О. А. (2020). Артосвіта дошкільників: технологія образотворення в дії. *Мистецтво та освіта*, (3 (97)), 34–40. <https://doi.org/10.32405/2308-8885-2020-3-34-40>
35. Програма оздоровчо-освітньої роботи з дітьми старшого дошкільного віку «Веселкова музикотерапія» / І.А. Малашевська, С.К. Демидова. Тернопіль: Мандрівць, 2015. 44 с.
36. Простір арт-терапії: мінливість і стабільність – пошуки балансу: матеріали XVI Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Харків, 15 – 17 лютого 2019 р.) / [за наук. ред. А.П. Чуприкова, Л.А. Найдьонової, О.Л. Вознесенської, О.М. Скарп]. Харків : СПД ФО Степанов В. В., 2019. 171 с. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/02/art-conf-19.pdf>
37. Пушкар Л., Лобова, О., Акалович, М. (2024). Активне музикування як засіб формування уявлень про музику в дітей дошкільного віку. *Освіта. Інноватика. Практика*, 12(9), 66–71. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i9-010>
38. Расторгуєва В. М. (2015). Пісочна терапія – методика позитивного впливу на психічний та мовленнєвий розвиток дошкільників. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*, 5, 281–284. <https://doi.org/10.31812/psychology.v5i.7413>
39. Сущинська Т.С. Танцювально-ігрова діяльність дитини старшого дошкільного віку як чинник формування образу "Я" 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. Київ 2016. <https://surli.li/ipatxf>
40. Танцювально-рухова терапія (TRT) <http://childrenhealth.center/development/therapy/dance-movement/>
41. Театралізована діяльність в дитячому садку Педрада <https://oplatforma.com.ua/article/2111-teatralizovana-dyalnst-v-dityachomu-sadku>
42. Театральна-ігрова діяльність в умовах дошкільного навчального закладу : навч.-метод. посіб. / О. М. Олійник – Кам'янець-Подільський : Волощук В. О., 2017. 163 с. <https://surli.li/xhqjbp>
43. Тодосієнко Н., Коваль, Граб О. Арт-педагогіка в контексті наступності дошкільної та початкової освіти: перспективи та творчий потенціал. (2023). *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*, 2023. 76, 19-27. <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2023-76-19-27>
44. Тодосієнко Наталія, Андрійців Орест. Розвиток творчого самовираження дітей дошкільного віку засобами альтернативних прийомів малювання. (2024). *Інновації в дошкільній і початковій освіті*, 1, 43-51. <https://doi.org/10.31652/3041-2439-2024-1-5>
45. Флоренко А. Арттерапія у роботі з дітьми дошкільного віку / А. Флоренко // Моделі життєтворчості у сучасних соціокультурних контекстах : матеріали доп. наук.-практ. on-line конф. для студ., аспірантів, викл., учителів шк., вихователів ЗДО, Харків, 10 листоп. 2023 р. / Харків нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; [редкол.: І. Дорожко, О. Малихіна, К. Беяєва]. Харків, 2023. С. 87.
46. Харківська А. (2024). Арт-техніки у корекційній роботі з дітьми з мовленнєвими порушеннями. *Освіта. Інноватика. Практика*, 12(4), 48–52. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i4-008>

47. Хомініч О. Г. Формування комунікативних навичок у дітей дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями засобами казкотерапії / Хомініч О. Г. // Вісник Сковородинівської академії молодих учених [Електронне видання] : зб. наук. пр. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; [редкол.: Ю. Д. Бойчук (голов. ред.) та ін.]. Харків, 2021. С. 100–107.
48. Христова, Т. Є., Казакова, С. М., Казаков, Є. О. (2012) *Танцювально-рухова терапія у фізичній реабілітації дітей, хворих на бронхіальну астму*. Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт, 1 (7). pp. 189-196.
49. Aithal S, Karkou V, Makris S, Karaminis T and Powell J (2021) A Dance Movement Psychotherapy Intervention for the Wellbeing of Children With an Autism Spectrum Disorder: A Pilot Intervention Study. *Front. Psychol.* 12:588418. doi: 10.3389/fpsyg.2021.588418
50. Moula Z, Powell J, Brocklehurst S and Karkou V (2022) Feasibility, acceptability, and effectiveness of school-based dance movement psychotherapy for children with emotional and behavioral difficulties. *Front. Psychol.* 13:883334. doi: 10.3389/fpsyg.2022.883334
51. Pearson Jayda, "Utilizing Dance/Movement Therapy for Children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Development of a Method" (2024). Expressive Therapies Capstone Theses. 793. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/793
52. Special Issue: Arts Therapies with Children and Adolescents-Editorial. Regev D.Children (Basel). 2023 Jan 4;10(1):110. doi: 10.3390/children10010110.
53. Takahashi H., An, M., Matsumura, T. *et al.* Effectiveness of Dance/Movement Therapy Intervention for Children with Intellectual Disability at an Early Childhood Special Education Preschool. *Am J Dance Ther* 45, 20–40 (2023). <https://doi.org/10.1007/s10465-022-09356-3>

ДОДАТКИ

Додаток

Приклади казок терапевтичного змісту

1. Казка для подолання страху темряви: «Пригоди світлячка Вогника»

Проблема: Страх темряви, боязнь спати наодинці.

Герой: Маленький світлячок Вогник.

Колись давно, у далекому лісі, жив собі маленький світлячок на ім'я Вогник. Він був дуже особливим, адже мав у собі справжнє маленьке світло. Вогник дуже любив ранок і день, коли сонечко яскраво світило і все навколо було видно. Він літав між квітами, роздивлявся метеликів і грався з сонячними зайчиками.

Але коли наставав вечір і сонечко ховалося за горизонтом, Вогник починав боятися. Ліс ставав темним–темним, і здавалося, що з кожного кущика дивляться якісь невідомі тіні. Вогник ховався під найбільшим листком і тремтів, міцно заплющивши очі. Йому було так страшно, що він навіть забував, як світити своїм власним вогником.

Одного разу, коли ліс знову поринув у темряву, Вогник почув тихенький сумний писк. Це був маленький Мишенятко, який заблукав і дуже боявся. Вогник, попри свій власний страх, відчув жалість до Мишенятка. «Через це,» – подумав він, – «Мишенятко зовні зовсім один, а йому так страшно».

І раптом він згадав слова своєї Мудрої Бабусі–Світлячихи: «Пам'ятай, Вогнику, твоє світло завжди з тобою. Іноді його треба просто попросити засвітитися». Вогник глибоко вдихнув і тихенько прошепотів: «Мій вогнику, засвітись!» І справді, його животик почав тихенько мерехтіти.

Завдяки своєму маленькому світлу, Вогник зміг освітити шлях для Мишенятка і вивести його до його нірки. Ідучи темним лісом, Вогник помітив, що його світло розганяє тіні, і вони вже не здаються такими страшними. Він також побачив, що багато інших світлячків теж тихенько світять своїми вогниками, і в темряві лісу з'являються маленькі, але дуже затишні вогники.

З того дня Вогник вже не так боявся темряви. Він зрозумів, що його власний вогник – це не тільки світло для інших, а й його внутрішня сила. А ще він дізнався, що в темряві ховається багато цікавих речей, які видно тільки коли світить місяць або маленькі світлячки. І тепер щовечора, коли сонечко сідало, Вогник сміливо запалював своє світло і летів допомагати тим, хто боявся темряви, знаючи, що його вогник завжди з ним.

2. Казка для подолання агресії: «Як колючий їжачок Голка навчився дружити»

Проблема: Прояви агресії (штовхання, кусання, крики), нездатність контролювати злість.

Герой: Маленький їжачок Голка.

У сонячному лісі жив собі маленький їжачок на ім'я Голка. Він був дуже милий і любив гратися. Але у нього була одна особливість: коли Голка сердився або лякався, його колючки ставали дуже гострими і стирчали в усі боки. Іноді він навіть не помічав, як його колючки зачіпали інших звірят, і вони з плачем тікали від нього.

Через це друзі стали побоюватися Голки. Коли він наближався, Зайчик ховався, а Білочка швидко стрибала на дерево. Голка дуже сумував, бо не хотів нікого колоти, але не знав, що робити зі своїми колючками. Він намагався їх ховати, але вони самі «вилазили», коли Голка відчував злість.

Одного дня, коли Голка знову випадково вколов Метелика і той заплакав, до їжачка підійшла Мудра Стара Черепаха. «Чому ти такий сумний, Голка?» – запитала вона повільно. Голка розповів їй про свої колючки і про те, як йому сумно від того, що він коле друзів. Черепаха посміхнулася: «Бачиш, Голка, твої колючки – це твоя сила. Вони тебе захищають. Але іноді вони поспішають вилазити, коли ти відчуваєш сильну злість або страх. А що, якби ти навчився 'розмовляти' зі своїми колючками? Попроси їх 'трохи зачекати' і спочатку скажи про те, що тобі не подобається, або що ти відчуваєш».

Голка задумався. Наступного разу, коли Білочка випадково взяла його грибочок і Голка відчув, як колючки починають «вилазити», він згадав слова Черепахи. Він глибоко вдихнув і сказав своїм колючкам: «Зачекайте, я спочатку скажу про це Білочці!» А потім він тихенько, але чітко сказав Білочці: «Мені сумно, бо ти взяла мій грибочок без дозволу».

І диво! Колючки залишилися на місці! Білочка одразу віддала грибочок і вибачилася. З того дня Голка вже не так часто виставляв свої колючки. Він зрозумів, що його слова – це його нова сила. Він навчився говорити про свої почуття, і його колючки тепер захищали його лише від справжньої небезпеки. А друзів у Голки стало ще більше, адже тепер вони не боялися його обіймати і гратися разом.

3. Казка для адаптації до дитячого садка: «Пригоди маленького Зайчика–Побігайчика»

Проблема: Труднощі з адаптацією до дитячого садка, страх розлуки з батьками.

Герой: Зайчик–Побігайчик.

У великому–великому лісі, де росло багато смачної травички та моркви, жив собі маленький Зайчик–Побігайчик. Він був дуже веселим і любив гратися вдома, біля мами–Зайчихи. Мама завжди була поруч, і Зайчику було так затишно!

Але настав день, коли Зайчик мав піти до Лісової Школи Зайчат. Там збиралися інші Зайчата, щоб вчитися стрибати, гризти моркву і знаходити найсмачніші ягідки. Зайчик–Побігайчик дуже боявся. Він ніколи не був без мами так довго, і йому здавалося, що у Лісовій Школі йому буде дуже самотньо. Коли мама залишила його там, Зайчик захотів плакати і сховатися під кущем. Це була його велика проблема.

Через це Зайчик сидів у куточку і не грався з іншими. Він дивився, як веселі Зайчата стрибають і сміються, але йому було так сумно, що він не міг до них приєднатися. А стара Ворона–вчителька, яка завжди все знала, побачила його сум.

Ворона підлетіла до Зайчика і тихенько запитала: «Чого ти такий сумний, Побігайчику? Невже тобі не цікаво, як інші Зайчата вчать знаходити найсолодші ягідки?» Зайчик тихенько пропихав, що він боїться, що мама забуде про нього і не прийде. Ворона усміхнулася: «Твоя мама завжди пам'ятає про тебе, навіть коли її немає поруч. У її серці є спеціальне містечко тільки для тебе. А тут, у Лісовій Школі, ти можеш навчитися стільки цікавим речам, і знайдеш нових друзів! А коли мама повернеться, ти розповіси їй стільки всього!»

Зайчик задумався. Він почав тихенько визирати з куточка. Він побачив, як інші Зайчата сміються, як вчителька Ворона показує їм, як плести красиві віночки з квітів. Він вирішив спробувати. Спочатку було трохи страшно, але потім він підійшов до Зайчика, який плів віночок, і запитав: «Можна мені теж спробувати?»

І ось, коли настав вечір і мама прийшла за ним, Зайчик–Побігайчик вже зовсім не плакав! Він стільки всього навчився: плів віночки, дізнався, де ростуть найсмачніші ягідки, і знайшов нового друга – Зайчика Вухастика. Він з радістю розповів мамі про свій день і про те, що в Лісовій Школі зовсім не страшно, а дуже цікаво. З того дня Зайчик–Побігайчик щоранку весело біг до Лісової Школи, знаючи, що мама обов'язково прийде за ним, а поки що на нього чекають цікаві пригоди та нові друзі.

4. Казка для вирішення проблеми впертості: «Казка про впертого Ослика Пухнастика»

Проблема: Впертість, небажання слухати дорослих, робити все по–своєму.

Герой: Ослик Пухнастик.

У веселій Долині Чудес жив собі маленький Ослик на ім'я Пухнастик. Він був дуже милий, з м'якими вушками та пухнастим хвостиком. Але у Пухнастика була одна особливість: він завжди хотів робити все по–своєму. Якщо йому казали йти направо, він йшов наліво. Якщо просили з'їсти травичку, він шукав кульбабки. Він думав, що так буде цікавіше і краще.

Через свою впертість, Пухнастик часто потрапляв у неприємності. Одного разу, коли всі звірята йшли до струмка попити водички, старий Мудрий Філін сказав: «Ідіть тільки по стежці, бо ліворуч – болото!». Але Пухнастик подумав: «Ні, я піду своєю дорогою, там точно буде щось цікаве!». І він пішов ліворуч. Звісно, він одразу ж загруз у болоті і не міг вибратися.

Пухнастик дуже засмутився, бо йому було і страшно, і мокро, і незручно. А потім до нього підійшов Мудрий Філін і сказав: «Бачиш, Пухнастик? Іноді, коли хтось, хто знає більше,

дає пораду, це не для того, щоб тобі заважати, а щоб захистити. Іноді треба довіряти тим, хто вже пройшов цей шлях».

Пухнастик зрозумів свою помилку. Він попросив допомоги, і Мудрий Філін разом з іншими звірятами витягли його з болота. З того дня Пухнастик почав вчитися слухати. Він зрозумів, що його впертість іноді заважає йому бачити щось дуже важливе. Коли йому давали пораду, він спочатку зупинявся і думав: «Може, в цьому є якась мудрість?» А вже потім вирішував, як вчинити.

І тепер, коли Ослик Пухнастик слухав поради, його життя стало набагато цікавішим і безпечнішим. Він дізнався багато нового, уникнув неприємностей і навіть сам почав давати мудрі поради іншим маленьким осятам, адже він зрозумів, що довіра іноді відкриває шлях до нових, несподіваних і прекрасних пригод, про які він раніше навіть не здогадувався.

5. Казка для прийняття молодшого брата/сестри: «Казка про ведмедика Мишка і маленьку Бубочку»

Проблема: Ревнощі до молодшого брата/сестри, відчуття «менш важливого».

Герой: Ведмедик Мишко.

У затишній лісовій хатинці жив собі маленький Ведмедик на ім'я Мишко. Він був єдиним сином у Ведмедиці-мамі та Ведмеда-тата. Мишко дуже любив, коли мама гладила його по голівці, а тато читав йому казки. Весь час і вся увага були тільки для нього, і Мишко почувався найщасливішим ведмедиком у світі.

Але одного дня мама Ведмедиці принесла до хатинки крихітне, пухнасте ведмежатко – маленьку Бубочку. «Мишку, це твоя сестричка!» – сказала мама. Мишко подивився на Бубочку. Вона була така маленька і весь час плакала або спала. Мама і тато тепер постійно були біля Бубочки, вони співали їй колискові, гойдали її, і забували про Мишка. Це була його велика проблема. Мишко відчував, що його більше не люблять так сильно, і йому стало дуже-дуже сумно і самотньо.

Через це Мишко сидів у куточку і бурчав. Він не хотів гратися, не хотів їсти мед. Він навіть думав, що якби Бубочка зникла, все знову було б, як раніше. А Бубочка все плакала, і Мишко не розумів, чому.

Одного разу, коли Мишко бурчав у кутку, до нього підійшов старий Білка-Звіздар. Він був дуже мудрий і бачив усі серця. «Мишко, що сталося?» – запитав Звіздар. Мишко розповів йому про Бубочку і про те, як йому сумно. Білка-Звіздар посміхнувся: «Коли з'являється хтось маленький, йому потрібна вся-вся любов, щоб вирости сильним. У маминого серця любов не зменшується, вона просто стає більшою! І в ньому вистачає місця для всіх. Бубочка ще дуже маленька і не може нічого сама. Їй потрібен такий великий і сильний брат, як ти!»

Мишко задумався. Він підійшов до колиски Бубочки. Вона тихенько кряхтіла. Мишко обережно простягнув лапку і легенько торкнувся її маленької лапки. Бубочка раптом розплющила очі і посміхнулася йому беззубою посмішкою. І Мишко відчув щось дуже тепле в грудях. Він зрозумів, що це не тільки сум, а й нова, дивна радість.

З того дня Мишко почав допомагати мамі з Бубочкою. Він приносив їй іграшки, співав колискові, а коли Бубочка трохи піросла, вони почали гратися разом. Мишко зрозумів, що любов не ділиться, а множить. І тепер, коли мама обіймала їх обох, Мишко відчував себе не менш, а навпаки – більш щасливим, адже у нього тепер був не тільки тато й мама, а ще й маленька сестричка Бубочка, про яку він так піклувався.

Релаксаційна казка ґрунтується на принципі візуалізації – створення яскравих зорових образів, які спонукають дитину «малювати уявою». Зазвичай у сюжеті на початку з'являється невеликий персонаж – це може бути маленька тваринка, рослинка, іграшка, мешканець далекої планети тощо. Герой опиняється в умовах відпочинку: серед квітучого луку, на морському узбережжі, в зеленому лісі чи в затишному саду. Його оточує спокійна краса природи – легкий вітерець, блакитне небо, яскраві кольори квітів і шелест листя. Це середовище впливає на всі органи чуття: герой усе бачить, чує, відчуває, занурюючись у стан гармонії.

Образи у казці можуть включати спостереження за плавними хмарами, слухання хвиль або співу птахів, милування заходом сонця – усе це викликає в героя почуття спокою, легкості, безпеки. Він не просто спостерігач, а активний учасник: його дії мають заспокійливий, а

згодом – стимулюючий ефект. Це можуть бути сцени пиття води з джерела, купання під водоспадом, куштування смачних фруктів чи політ над горами.

У релаксаційній казці часто зустрічаються мотиви колисання або плавання, які створюють відчуття комфорту, безпеки, довіри. Обов'язковим є опис внутрішнього стану героя: «він відчував приємне тепло», «руки ставали все важчими», «всередині панував глибокий спокій» тощо. Такі фрази належать до технік аутогенного тренування – методики, яка вчить керувати власним емоційним і фізичним станом.

Коли час відпочинку завершується, у сюжеті з'являється умовний сигнал пробудження – дзвін дзвіночків, крапля дощу на носіку, заклик мами. Герой поступово переходить до нових дій: запускає повітряного змія, підіймається на гору, мандрує додому чи злітає на чарівному килимі. Цей перехід від релаксації до активності підкріплює здобуту енергію та сили.

Для наймолодших слухачів казка має бути написана у теперішньому часі, а для дітей старшого віку допускається минулий час. Бажано використовувати повтори (наприклад: «листя шелестить, шелестить, шелестить...») та яскраві прикметники, особливо ті, що позначають кольори – однак без надмірного їх використання. Вихід із стану релаксації має бути чітко позначений: «І раптом він почув гучний подув вітру...» або «На його носик впала краплина дощу...».

Казка може завершуватись тепло і радісно: «Він солодко потягнувся, з радістю позіхнув і вирушив додому, щоб поділитися враженнями про неймовірну пригоду».

Релаксаційна казка: «Подорож до Хмаркової Країни»

Ця казка призначена для того, щоб допомогти дітям розслабитися, зняти напругу та заспокоїтися. Її найкраще розповідати тихим, м'яким голосом, з повільними паузами, можливо, під спокійну фонову музику. Заохочуйте дітей заплющити очі та уявляти все, що відбувається.

Сядьте або ляжте зручно–зручно, так, як вам найбільше подобається. Перевірте, чи не стискає нічого ваше тіло. Можливо, розслабте ручки, ніжки... Відчуйте, як вам м'яко і затишно.

Тепер заплющте очі. Уявіть, що ви лежите на великій, м'якій, теплій хмаринці. Вона така пухнаста, ніби зроблена з найніжнішої вати або солодкої цукрової вати. Ця хмаринка повільно–повільно піднімається в небо. Ви відчуваєте, як вона ніжно гойдає вас, наче колиска.

Ви піднімаєтеся все вище і вище... Над лісами, над полями, над будинками... Ви дивитеся вниз і бачите все маленьким–маленьким. І ніякі шуми звідти вас не турбують.

Тепер ви опинилися в Хмарковій Країні. Тут усе зроблене з хмаринок: і дороги, і дерева, і навіть маленькі будиночки. Усе таке м'яке і повітряне. Сонце світить лагідно, не гаряче, а легенький вітерець ніжно гладить вас по щічках.

Ви лежите на своїй хмаринці, і вона несе вас вперед. Поруч пропливають інші хмаринки – великі і маленькі, білі і рожеві, сірі і навіть злегка золотисті від сонечка. Вони рухаються так повільно, так спокійно...

Відчуйте, як ваша хмаринка колихає вас. Ваші ніжки стають такими м'якими, такими теплими... Ніби розслаблені ниточки. Ваші ручки теж стають важкими і розслабленими. Кожен палець, кожна долонька відпочиває.

Ваш животик стає м'яким і теплим. А спинка розслабляється, ніби ви лежите на м'якій подушці. Ваші плечі опускаються вниз, стають вільними і легкими.

Ваша шия теж розслабляється, і голова м'яко лежить на хмаринці. Розслабте всі м'язи на обличчі. Розслабте лобик, щічки, губи... Ваші очі відпочивають під заплющеними повіками.

Ви відчуваєте, як легкий вітерець дихає поруч з вами. Він ніжно вдихає, і ви разом з ним вдихаєте спокій. Він тихо видихає, і ви разом з ним видихаєте всю напругу, всі свої думки, всі свої турботи. Вдих – спокій... Видих – напруга...

Ваша хмаринка приносить вас до Озера Спокою. Воно блищить, як дзеркало. Вода в ньому така чиста і прозора, що можна побачити дно. А на озері плавають маленькі човники, зроблені з місячного світла.

Ви пересідаєте у такий човник. Він починає повільно і плавно ковзати по воді. Навколо тихо–тихо. Ви чуєте тільки своє спокійне дихання. Вдих... видих...

Ваш човник несе вас до самого центру Озера Спокою. І ви відчуваєте, як весь спокій

цього озера переходить до вас. Ваше тіло стає дуже спокійним, дуже розслабленим. Вам так добре, так безпечно, так затишно...

Побудьте в цьому стані ще трошки. Насолоджуйтеся тишею і спокоєм.

Тепер ваш човник починає повільно повертатися до берега. Ви виходите з човника, дякуєте Озеру Спокою і повертаєтеся на свою м'яку хмаринку. Хмаринка починає повільно–повільно опускатися вниз...

Ви бачите, як світ стає більшим. Ось вже видно верхівки дерев... Ось вже і знайомі будинки. Ваша хмаринка ніжно опускає вас у ваше ліжечко (або на ваш стілець).

Порухайте пальчиками ніг... Порухайте пальчиками рук... Потягніться, ніби після довгого сну... І коли будете готові, відкрийте очі.

Ви відчуваєте себе відпочилими, спокійними та повними сил. Ви повернулися з Хмаркової Країни, і весь спокій залишився з вами.

Казка від загадки. Загадка – це невід'ємна частина малого фольклору, яка особливо цікава дошкільникам. У ній у прихованій, часто римованій формі описується певний предмет чи явище, що саме по собі викликає зацікавленість. Вміння розуміти метафори, порівняння, гіперболи та епітети свідчить про чутливість дитини до рідної мови. Якщо ж загадку використовувати як старт для творчого письма, вона відкриває можливість розвивати уяву, створюючи нові казкові сюжети, що є міцною основою для розвитку дитини.

Щоб розвивати мислення, спершу пропонується уважно прочитати загадку, звернути увагу на всі мовні прийоми, а у разі складнощів – відгадати її разом із дитиною. Далі створюється своєрідний «місток» – перехід від загадки до початку казки.

Приклади загадок:

- «Чим вата нижча, тим дощик ближчий.» (Хмари)
- «Чекали, звали, а здався – всі геть повтікали.» (Дощ)
- «Іноді лагідний, часом лютує. Часто на вікнах його впізнаєм. Сильним він стане – квіти малює, слабшає – сльози течуть ручаєм.» (Мороз)
- «Росте вона зимою донизу головою. Тоненька, прозора, біло–голуба.» (Бурулька)

Завдання: Спробуйте скласти початок казки на основі відгаданої загадки. Для ускладнення можна створити повноцінну казку, спираючись на її сюжет.

Приклади початку казки:

1. «Вата опускалась усе нижче і нижче, а дощу все не було. І раптом...»
2. «Ще вдень краплини співали веселу пісеньку, падаючи з дахів, а надвечір до них завітав мороз. І ось...»

Від крапок до казок. Французький математик Пані підкреслював, що у дошкільному віці надто багато уваги приділяють роботі з конкретними речами – рахують м'ячики, описують реалістичні картинки, що, на його думку, стримує розвиток абстрактного мислення та творчої уяви. Він рекомендував працювати з простими формами, наприклад, крапками. У казковому контексті це може виглядати так: дітям пропонують лист із безліччю крапок, а потім разом сполучають їх, щоб утворилися зображення смішних тваринок, історії про яких діти можуть поєднати в одну казку.

Казки за кольоровими кружечками. Кожна дитина по черзі витягує з коробки кольоровий кружечок. Колір викликає уявний образ, асоціацію з певним казковим персонажем: білий кружечок може нагадати зайчика, сніжинку або зиму; жовтий – лисицю чи курча. Використовуючи цих героїв, діти творять власні казкові історії.

Арт–технології в системі дошкільної освіти

Додаток 1: Інтегроване заняття «Барви настрою»

- Малювання пензлем та руками під звучання класичної музики.
- Мета: розвиток емоційного інтелекту через асоціації кольору та музики.

Додаток 2: «Кольоровий день» (арт–проект)

- Кожен день присвячений певному кольору (жовтий – радість, синій – спокій).
- Діти малюють, виготовляють аплікації, добирають пісні в тематиці кольору.

Форми та види арт–технологій в системі освіти дітей дошкільного віку

Додаток 1: Арт–коло «Я і мій світ»

- Колективне малювання на великому аркуші: діти зображають себе, родину, природу.
- Включає діалог з педагогом про важливість кожного учасника.

Додаток 2: Ігрова арт–студія «Фантазія оживає»

- Чергування різних видів арт–технологій (малювання, ліплення, колаж) в одному занятті.
- Завершується міні–виставкою або презентацією роботи дитини.

Методичні аспекти арт–технологій в роботі з дітьми дошкільного віку

Додаток 1: Карта спостереження за дитиною під час арт–заняття

- Містить поля для фіксації емоцій, моторики, комунікації, рівня інтересу.

Додаток 2: Методичний алгоритм підготовки арт–заняття

- Шаблон плану: мета → матеріали → структура → очікувані результати → рефлексія.

Казкотерапія в роботі з дітьми дошкільного віку

Додаток 1: Творча гра «Склади казку»

- Використання карток з героями, місцями, подіями для створення власної казки.
- Після складання – ілюстрування або інсценізація казки.

Додаток 2: Заняття «Казкове дерево рішень»

- Казка з вибором: діти вирішують, як вчинити герою (розвиток моральних якостей).
- Після прослуховування – обговорення, малювання улюбленого героя.

Імаготерапія (лялькотерапія, драмотерапія)

Додаток 1: «Розмова з лялькою»

- Діти висловлюють свої почуття ляльці (емоційне розвантаження, розвиток мовлення).
- Лялька «відповідає» дитині, дає пораду чи підтримку.

Додаток 2: Міні–театралізація «Мій день»

- Діти розігрують сцени з повсякденного життя (ранок у садочку, сварка з другом).
- Аналіз ситуацій через гру, розвиток емпатії.

Піскова (піщана) терапія в роботі з дітьми дошкільного віку

Додаток 1: «Пісочне місто»

- Створення композиції з піску та фігурок (будиночки, дерева, мешканці).
- Діти розповідають історії про життя у своєму «місті».

Додаток 2: Вправа «Мій настрій у піску»

- Дитина обирає, як зобразити свій настрій у піску: розгладжування, створення хвиль, сліди фігур.
- Педагог спостерігає та м'яко коментує образи.

Арт–технології в музичній діяльності дітей (музикотерапія, вокалотерапія)

Додаток 1: «Малюнок під музику»

- Діти слухають різні музичні твори та малюють, що уявили (настрої, події, кольори).
- Потім розповідають, що зобразили.

Додаток 2: Вправа «Музична розспівка емоцій»

- Вокальні ігри: діти промовляють/співають звуки, імітуючи різні емоції (радість – «а-а-а», страх – «о-о-о», здивування – «у-у-у»).

Танцювально-рухова технологія в розвитку дітей

Додаток 1: Вправа «Рухи настрою»

- Діти під музику виконують рухи, які символізують радість, спокій, злість, цікавість.
- Обговорення: «Коли ти так відчуваєшся?»

Додаток 2: Танцювальна казка «Подорож пташеняти»

- Ігровий танець з елементами сюжету: вилуплення, політ, зустріч з друзями.
- Поєднання танцю, образів і простих драматичних елементів.

ПРЕДМЕТНИЙ ПОКАЖЧИК ОСНОВНИХ ТЕРМІНІВ І ПОНЯТЬ

◆ А

Адаптація – процес пристосування дитини до нових умов середовища, зокрема освітнього.
Арт-діяльність – різновиди творчої діяльності дитини (малювання, ліплення, музика, танець).

Арт-практики – конкретні форми й методи творчої роботи в рамках арт-технологій.

Арт-простір – спеціально організоване середовище для художньої, творчої, терапевтичної діяльності дітей.

Арт-терапія – метод психокорекційної роботи, що базується на використанні мистецтва як засобу невербальної комунікації.

Арт-технології – система методів і прийомів педагогічної взаємодії через мистецтво з метою розвитку, навчання, корекції.

◆ В

Візуальне мистецтво – мистецтво, що сприймається через зір (живопис, графіка, скульптура).

Вербальна / невербальна комунікація – словесне / позасловесне (через рух, образ, міміку) спілкування.

◆ Г

Групова арт-терапія – форма роботи, що передбачає спільну творчість дітей і спрямована на соціалізацію.

◆ Д

Діагностика – процес виявлення особливостей психоемоційного стану дитини через творчість.

Драматерапія – вид арт-терапії, що використовує театралізовану діяльність.

◆ Е

Емоційний інтелект – здатність розпізнавати, усвідомлювати та керувати власними емоціями.

Естетичне виховання – розвиток у дитини здатності бачити, відчувати й цінувати прекрасне.

◆ І

Ізотерапія – терапія образотворчими засобами (малювання, живопис, графіка).

Інклюзивна освіта – освітнє середовище, адаптоване для дітей з особливими потребами.

Індивідуальна арт-терапія – персоналізований підхід у творчій роботі, що відповідає потребам конкретної дитини.

Імаготерапія – терапія уявою, фантазією, зокрема через ляльковий театр.

◆ К

Казкотерапія – метод терапії через створення та аналіз казок.

Катарсис – емоційне очищення через творчість.

Креативність – здатність до створення нових ідей, образів, рішень.

◆ Л

Лялькотерапія – використання ляльки як засобу вираження емоцій, переживань дитини.

◆ М

Музикотерапія – лікувально-корекційне використання музики в роботі з дітьми.

Мультитерапія / Фототерапія – використання медіа (мультфільми, фото) для розвитку дитини.

Методи арт-терапії – способи реалізації терапевтичної дії через творчість.

◆ Н

Настрій (емоційний фон) – психоемоційний стан дитини, що виражається в кольорі, формі, русі.

Нетрадиційні техніки – творчі методики, що не входять до академічних підходів (пальчиковий живопис, малювання губкою тощо).

◆ **О**

Образотворча діяльність – створення художніх образів засобами зображення.

Особистісна інтеграція – гармонійне поєднання емоцій, пізнання, поведінки в розвитку дитини.

◆ **П**

Пальчиковий живопис – техніка з використанням пальців замість пензля.

Пісочна терапія – метод роботи з дітьми через маніпуляції з піском.

Пластична імпровізація – спонтанні рухи тіла у відповідь на музику або образ.

Психоемоційна сфера – сукупність емоційних, мотиваційних і психічних особливостей дитини.

◆ **Р**

Релаксація – зняття напруги, заспокоєння тіла та психіки.

Ритмомовленнєва гра – поєднання ритмічних рухів і мовлення для розвитку координації й мовлення.

◆ **С**

Самовираження – здатність дитини передавати свої емоції, думки через творчість.

Сенсорна інтеграція – процес об'єднання відчуттів для кращого розуміння світу.

Соціалізація – входження дитини в соціальне середовище, формування навичок взаємодії.

◆ **Т**

Танцювально-рухова терапія (ТРТ) – форма арт-терапії, яка базується на вільному вираженні емоцій через рух і танець.

Технології арт-терапії – комплекс методик, засобів та прийомів організації арт-впливу.

Навчальне видання

АРТ–ТЕХНОЛОГІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ

уклад. Оксана СОРОЧИНСЬКА

Навчальний посібник

Оформлення випускних відомостей здійснюється видавництвом:

Підп. до друку .06.2025.

Формат 60х90/16. Папір офсетний Гарнітура Times New Roman Суг. Друк різнографічний. Ум. друк. арк. 9,4 Обл.-вид. арк.

Наклад пр.

Зам. №

Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка
10008, м. Житомир, вул. Велика Бердичівська, 40

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:

ЖТ № 10 від 07.12.2004 р.

електронна пошта (E-mail): zu@zu.edu.ua