

**Театральная деятельность как средство развития жизненных компетенций, как инструмент воспитания социально зрелых и адаптивных членов общества. И как способ изменить поведение детей и подростков. Обобщение опыта работы с детьми с ОВЗ (умственной отсталостью).**

**Учитель: Мануйлова О.В.**

Театр давно признан важным элементом культуры и искусства, способствующим развитию личности. Однако помимо эстетического удовольствия и эмоционального отклика, участие в театральной деятельности оказывает глубокое влияние на формирование ключевых жизненных компетенций, необходимых каждому человеку вне зависимости от профессии или возраста.

### **Как театр развивает коммуникативные навыки?**

Одним из важнейших аспектов участия в театре является взаимодействие участников друг с другом. Актёры учатся понимать и выражать эмоции, передавать чувства словами и жестами, внимательно слушают партнёров по сцене, адаптируются к различным ситуациям и эффективно решают конфликты. Эти умения становятся фундаментом успешного взаимодействия в повседневной жизни, помогают устанавливать контакты и успешно вести переговоры.

Например, актёрская игра требует способности мгновенно реагировать на реплики партнёра, быстро принимать решения и действовать соответственно ситуации. Этот опыт способствует формированию уверенности в себе, улучшению речи и повышению уровня эмпатии.

### **Театр и умение управлять эмоциями**

Работа над ролью включает глубокий психологический анализ персонажа, понимание мотиваций героя и осознание собственных чувств. Участие в спектакле помогает участникам лучше разбираться в своих переживаниях, контролировать негативные эмоции и находить конструктивные способы выражения чувств.

Кроме того, сцена учит справляться с волнением перед выступлением, снижать уровень стресса и развивать стрессоустойчивость. Таким образом, участие в театре способствует выработке навыков саморегуляции, позволяющих уверенно преодолевать жизненные трудности.

## **Творческое мышление и решение проблем**

Подготовка спектакля подразумевает постоянное творческое переосмысление материала, работу над сценическим воплощением персонажей и сюжетных линий. Участники театра развиваются креативность, способность видеть нестандартные пути решения задач и мыслить критически.

Каждый спектакль представляет собой сложную систему взаимосвязанных элементов, где каждый участник должен учитывать своё положение в общей структуре постановки. Это стимулирует умение решать проблемы коллективно, искать оптимальные варианты действий и предвидеть возможные последствия решений.

## **Самодисциплина и ответственность**

Участие в театральной деятельности предполагает строгую дисциплину: соблюдение графика репетиций, готовность соблюдать требования режиссёра и коллектива, работа над собственным мастерством. Регулярные тренировки и повторения ролей способствуют формированию ответственности, целеустремлённости и организованности.

Таким образом, участники театра приобретают ценные качества, необходимые для достижения успеха в личной и профессиональной сфере: трудолюбие, терпеливость, уважение к труду коллег и собственное стремление к совершенству.

**Так же театральную деятельность можно рассматривать, как инструмента воспитания социально зрелых и адаптивных членов общества.**

## **Как театральная деятельность меняет поведение детей и подростков?**

Для многих родителей важно понимать, каким образом детская агрессия может трансформироваться благодаря участию ребёнка в театральных занятиях. Дети, склонные к агрессии, часто испытывают недостаток понимания окружающих, имеют низкую самооценку и затрудняются выразить свои чувства конструктивным способом. Театр же даёт уникальную возможность научиться взаимодействовать с людьми иначе, открывая новые грани личностного роста.

## **Понимание эмоций и управление ими**

Одна из главных особенностей театральной деятельности заключается в её способности раскрыть ребёнку богатство человеческих эмоций. Через изучение характеров героев дети начинают лучше распознавать собственные чувства и учится адекватному поведению в конфликтных ситуациях. Осваивая роли разных персонажей, ребёнок получает возможность примерять на себя разные модели поведения, увидеть ситуацию глазами другого человека и таким образом расширить спектр возможных реакций.

Театральные занятия позволяют детям преодолеть страх публичного выступления, снизить тревожность и обрести уверенность в своих силах. Практикуя актёрские техники и осваивая приёмы релаксации, подростки постепенно учатся регулировать агрессию, заменяя разрушительные реакции позитивными способами реагирования.

### **Развитие социальных навыков**

Театр также способствует развитию важных социальных навыков, таких как командная работа, сотрудничество и поддержка сверстников. Занятия требуют взаимовыручки, умения прислушиваться к мнению товарищей и гибкости восприятия чужих идей. Коллективная подготовка спектакля формирует чувство принадлежности к группе, повышает социальную компетентность и снижает вероятность возникновения конфликтов среди сверстников.

Кроме того, активное вовлечение в процесс постановки улучшает коммуникативную сферу ребенка: развивается речь, повышается культура общения, появляется желание говорить ясно и понятно, строить доверительное общение с окружающими.

### **Формирование эмпатии и альтруизма**

Играя различные роли, ребёнок знакомится с разными взглядами на мир, погружается в человеческие истории и переживает вместе с персонажами радости и печали. Это помогает развить сочувствие, сопереживание и эмпатию. Подросток учится ставить себя на место другого, рассматривать события с точки зрения оппонентов, что значительно уменьшает проявления жестокости и грубости.

Таким образом, театральная деятельность становится мощным инструментом изменения поведенческих моделей, помогающим ребёнку перестраивать отношения с окружающим миром, повышать качество межличностных

связей и формировать полезные компетенции для успешной адаптации в обществе.

## **Заключение**

Подводя итог, можно сказать, что театральная деятельность обладает огромным потенциалом для формирования жизненно важных компетенций. Она позволяет людям раскрывать скрытые таланты, улучшать коммуникационные навыки, учиться управлению эмоциями, стимулировать творческое мышление и воспитывать самодисциплину. Следовательно, занятия театром не только обогащают внутренний мир, но и делают жизнь человека ярче, продуктивнее и успешнее.