

# 5 спектаклей за 5 минут

## Театр из ничего для ребёнка в изоляции

Для детей с нейтропенией, слабостью или длительным постельным режимом — маленькое волшебство прямо у кровати.



# Что нужно для спектакля — всё есть в палате

Ничего специального покупать не нужно. Все «декорации» уже рядом с вами.



Руки

Главные актёры любого спектакля



Фонарик

Подойдёт фонарик в телефоне



Носок или перчатка

Чистые — станут персонажем



Ложка и вилка

Одноразовые, из столовой




Вата, бинт, салфетка

Расходники, которые всегда под рукой



Ваш голос

Спокойный, с разными интонациями

 **Важно:** при нейтропении все предметы должны быть **чистыми и продезинфицированными**. Ребёнок лежит, вы сидите рядом. Спектакль длится 1–2 минуты. Если малыш очень слаб — он просто смотрит и слушает.

Спектакль №1

# «Две ложки»

Про дружбу и поддержку



## Что понадобится

Две одноразовые ложки + фломастер, чтобы нарисовать глаза на выпуклой стороне.

## Как играть

01

---

Наденьте ложки на указательные пальцы, нарисуйте глаза

02

---

**Ложка А** (писклявым голосом): «Привет, я Ложка-Малышка. Мне грустно, я лежу в кроватке»

03

---

**Ложка Б** (басовитым голосом): «А я Ложка-Храбрец. Давай я с тобой посижу и расскажу тебе сказку»

04

---

Ложки обнимаются — переплетаются черенками

05

---

**Ложка А:** «Мне уже веселее. Спасибо, друг!»



**Эффект:** учит просить поддержку и показывает, что рядом всегда есть кто-то, кто поможет.

# Спектакль №2 — «Тень на стене»

ПРО СТРАХ

🕒 1–2 минуты

**Предметы:** фонарик (телефон) и ваши руки. Выключите свет и направьте фонарик на стену.

1

Летучая мышь

Соедините кисти, растопырьте пальцы. Голосом: «Я страшная тень! Бооо!»

2

Пауза

Ребёнок может закрыть глаза или отвернуться — это нормально и смело

3

Зайчик

Быстро поменяйте фигуру: два пальца вверх. «Ой, я просто зайчик! Попрыгал и ускакал»

📖 **Эффект:** в безопасной обстановке ребёнок встречается со страхом и видит, что «страшилка» превращается в нечто совершенно безобидное. Это маленькая победа.



# «Носок-зверь»

Про утешение и близость

**Предметы:** чистый светлый носок. Нарисуйте фломастером глаза и рот на «пятке» — это будет мордочка Зверька-Обнимашки.



## Как играть

- 1 Наденьте носок на руку. Зверёк подходит к ладошке или щеке ребёнка
- 2 «Я чувствую, тебе сейчас тяжело. Мне тоже бывает грустно. Но я умею обнимать. Можно я посижу рядом?»
- 3 Зверёк «обнимает» — накрывает ладошку ребёнка
- 4 «Вот так. Мы вместе. Тепло. И ничего не страшно»

**Эффект:** физический контакт через ткань создаёт ощущение безопасности и снижает чувство одиночества.



# Спектакль №4 — «Капельница-фея»

ПРО ЛЕЧЕНИЕ

🕒 1–2 минуты

**Предметы:** пустая чистая трубочка от капельницы или от сока, ватный диск («облачко»).

## Начало

«Я Фея Капельница. Моя задача — дарить силу. Сейчас я буду капать тебе капельки здоровья. Кап-кап-кап» — проведите трубочкой по руке ребёнка.

## Путешествие силы

С каждой «каплей» говорите: «Сила входит в пальчики... в ладошку... в плечико...» — медленно и торжественно.

## Финал

«Теперь ты стал чуточку сильнее. А вечером я приду ещё» — создаёт ощущение продолжения и ежедневного ритуала.

📄 **Эффект:** снижает страх перед настоящими капельницами, даёт ребёнку чувство контроля — «я сам принимаю лекарство и становлюсь сильнее».

СПЕКТАКЛЬ №5

# «Два бинта»

Про надежду и то, что «сейчас тяжело, но потом станет легче»

**Предметы:** два кусочка стерильного бинта или марлевые салфетки.

## «Грустинка»

Свёрнут комком, лежит неподвижно. Тоненьким голосом: «Я лежу, я не могу двигаться»

## «Лучик»


Развёрнут, колыхается: «Я к тебе пришёл. Давай расправлю тебя, и мы вместе полетим»

## Как заканчивается

«Грустинка» говорит: *«Я не умею летать».*

«Лучик» отвечает: *«Просто расслабься. Вот так»* — и медленно разворачивает первый бинт.

Вместе они кружатся — вы двигаете руками. *«Видишь, как красиво. И ты тоже сможешь. Скоро. Немножко потерпи».*

 **Эффект:** поддерживает надежду через образ — сейчас тяжело, но впереди обязательно будет лучше.

# Как ставить спектакли правильно

1

Подготовьте предметы заранее

Всё чистое и продезинфицированное — под рукой, чтобы не прерываться.

2

Установите контакт

Посмотрите ребёнку в глаза, улыбнитесь — это важнее любого реквизита.

3

Говорите медленно, с разными голосами

Это удерживает внимание даже очень усталого ребёнка.

4

Не бойтесь импровизировать

Забыли слова? Говорите от сердца — ребёнок почувствует искренность.

5

Длительность — 1–2 минуты

Хочет ещё? Повторите или придумайте продолжение вместе.

6

После спектакля — пауза

Помолчите, подышите вместе. Не переключайтесь сразу на другое — дайте моменту осесть.

Ваш голос и ваши руки — **лучшее лекарство**. Спектакли не требуют актёрского таланта. Они требуют **любви**.