

The background of the slide is a photograph of a hallway. On the left, a coat rack is visible with several coats hanging on it. The coats are in shades of blue and purple. The hallway extends into the distance, with a window visible on the right wall. The overall lighting is soft and the colors are muted, creating a calm and professional atmosphere.

Gestures & body language: как люди говорят без слов

Жесты, мимика и поза помогают понять человека без слов.

Зачем изучать язык тела на уроке английского

На английском уроке жесты помогают здороваться, отвечать, задавать вопросы и показывать интерес. Они делают общение понятнее в классе, в паре, при знакомстве и даже на видеосвязи.



Что входит в body language

1.

Мимика

Facial expressions показывают эмоции быстрее слов: радость, удивление, тревогу или раздражение. По лицу часто легче всего понять, как человек относится к разговору.

2.

Жесты

Gestures помогают поддержать речь, показать размер, направление, количество или согласие. Они делают объяснение на английском более живым и понятным собеседнику.

3.

Поза

Posture показывает, насколько человек уверен, устал или напряжён. Прямая спина и расправленные плечи обычно выглядят открыто и спокойно, а сутулость — менее уверенно.

4.

Взгляд

Eye contact помогает показать внимание, уважение и включённость в диалог. Но его значение зависит от ситуации: иногда взгляд может быть коротким из-за стеснения.

5.

Дистанция

Distance and personal space помогают понять, насколько людям комфортно рядом друг с другом. Слишком близкое расстояние может вызвать неловкость даже без плохого намерения.

Facial expressions: эмоции на лице

Радость

Улыбка, мягкий взгляд и расслабленные черты лица часто передают дружелюбие, хорошее настроение и готовность к общению. Такое выражение обычно воспринимается как тёплое и открытое.

Удивление

Широко раскрытые глаза и приподнятые брови показывают неожиданность или сильный интерес. Такое выражение лица часто появляется, когда человек слышит что-то новое.

Грусть

Опущенные уголки губ, медленный взгляд и спокойные движения могут указывать на печаль или усталость. Важно смотреть не только на лицо, но и на ситуацию.

Злость

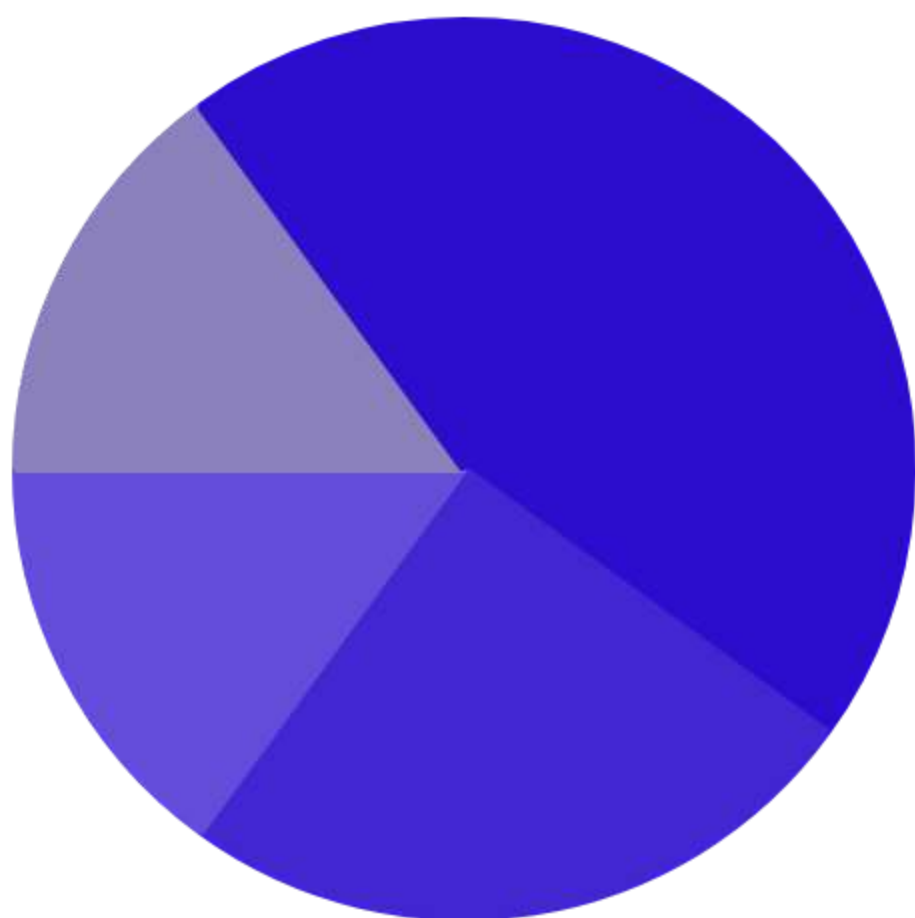
Нахмуренные брови, сжатые губы и напряжённые мышцы лица часто говорят о недовольстве или раздражении. Иногда такие признаки появляются и при сильной концентрации.

Смущение

Отведённый взгляд, неловкая улыбка и напряжение в лице могут означать стеснение или растерянность. Это не всегда связано с плохим настроением.



Какие сигналы люди замечают чаще всего



Даже короткий разговор даёт сразу несколько подсказок: лицо, руки, взгляд и поза работают вместе и усиливают значение слов.

Чаще всего внимание привлекает мимика, но точный смысл создаёт сочетание нескольких сигналов.

Данные из структуры презентации

Hand gestures: жесты руками в английском общении



Открытые ладони

Open palms часто выглядят дружелюбно и спокойно. Такой жест помогает показать честность, готовность объяснять и отсутствие скрытого напряжения в разговоре.



Thumbs up

A thumbs up обычно читается как одобрение или знак «good». В английском общении он часто поддерживает ответ без лишних слов и делает реакцию понятной.



Указание пальцем

Finger pointing может звучать слишком резко, особенно в споре или при замечании. Вежливее использовать более мягкий жест, если нужно привлечь внимание.



Нервные движения

Потирание рук, касание лица или игра с предметами нередко связаны с волнением. Такие движения могут подсказать, что человек переживает или ищет ответ.

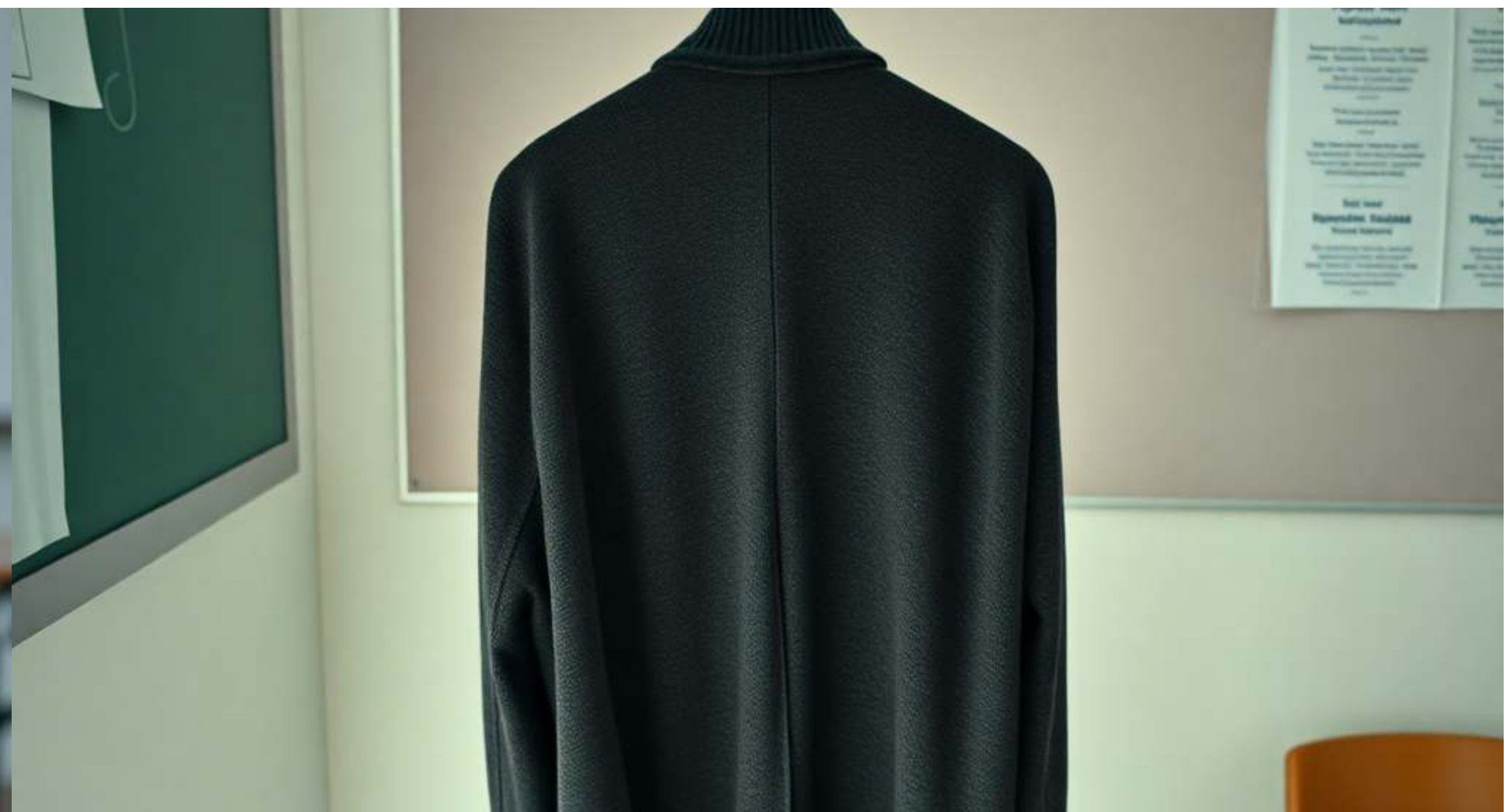
Posture: что говорит поза человека

Открытая и уверенная поза

Когда человек стоит прямо, держит плечи расправленными и опирается на обе ноги, он выглядит собранным и готовым говорить. Такая поза помогает звучать увереннее на уроке и в разговоре с одноклассниками.

Закрытая и уставшая поза

Сутулость, опущенная голова и поворот корпуса в сторону часто показывают усталость, неуверенность или желание завершить разговор. В классе такая поза может выглядеть как отсутствие интереса, даже если причина совсем другая.



Gestures, meanings and possible mistakes

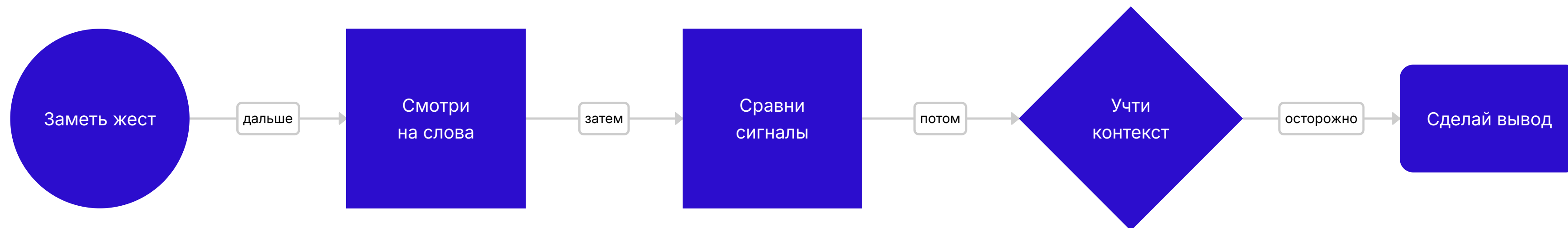
Gesture	Possible meaning	Common mistake
Open palms	Openness	Just a habit
Eye contact	Attention	Too long looks
Crossed arms	Discomfort	Cold or comfort
Smile	Politeness	Not always joy
Nodding	Listening	Only polite

Один и тот же жест не даёт точного ответа сам по себе — важно учитывать контекст и привычки человека.

Жесты полезны как подсказки, но без ситуации и слов они могут быть поняты неверно.

Как понимать body language без ошибок

Схема составлена по материалам урока: сначала наблюдение, затем сравнение сигналов и осторожный вывод.

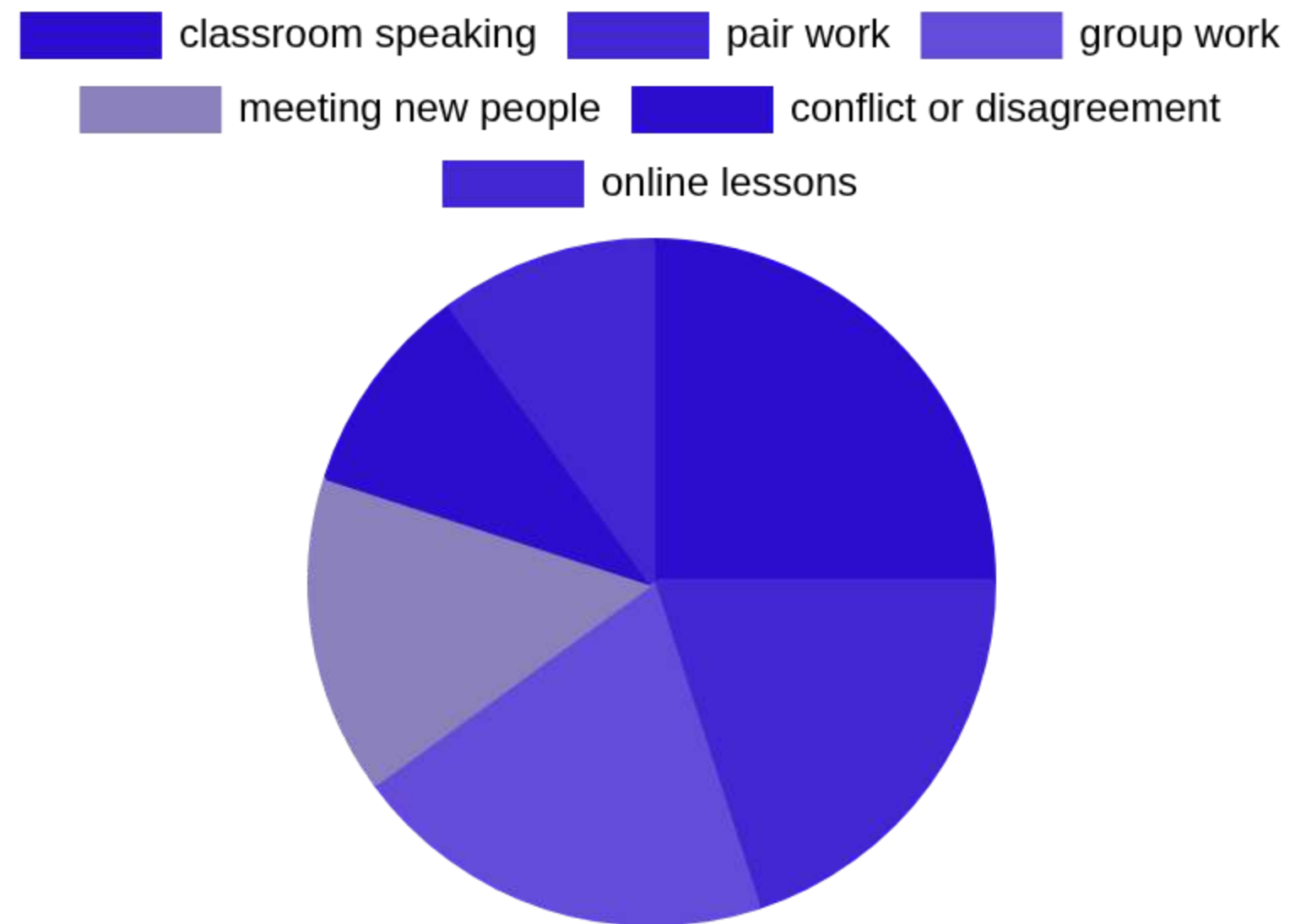


Сначала замечай сигнал, потом проверяй слова, ситуацию и привычки человека. Так легче понять, что именно он хотел показать.

5

**шагов помогают понять
жесты без спешки и ошибок.**

Где язык тела особенно важен



В этих ситуациях невербальные сигналы помогают не перебивать, поддерживать контакт и показывать готовность слушать даже без длинных реплик.

Чаще всего body language нужен там, где важны участие, уважение и ясный ответ собеседнику.

Personal space: дистанция и комфорт

1. Зона общения

Личное пространство помогает людям чувствовать себя спокойно. Когда дистанция слишком мала, собеседник может напрячься, даже если разговор доброжелательный и обычный.

2. Разные ситуации

С друзьями люди обычно стоят ближе, чем с незнакомыми. В школе это особенно заметно на перемене, в паре у доски или во время обсуждения.

3. Уважение к границам

Если замечать реакцию человека и не приближаться без необходимости, общение становится легче. Это снижает неловкость, помогает избежать конфликта и показывает вежливость.



Eye contact: взгляд в разговоре

Внимание к словам

Когда человек смотрит на собеседника, это часто показывает, что он слушает и старается понять смысл. Такой взгляд делает разговор более живым и понятным.

Уверенность и уважение

Спокойный eye contact помогает выглядеть собранно и вежливо. В английском общении это особенно полезно, когда нужно ответить на вопрос или поддержать диалог.

Когда взгляд исчезает

Если человек отводит глаза, он может стесняться, устать или думать о формулировке ответа. Это не всегда признак незаинтересованности или грубости.

Слишком долгий взгляд

Длительный неподвижный взгляд иногда воспринимается как давление. Лучше сочетать eye contact с естественными паузами и спокойной мимикой.

Когда жест и смысл не совпадают

Руки скрещены, но человек просто замёрз

На уроке один ученик скрестил руки и уткнулся в тетрадь. Со стороны это выглядело как закрытая поза, но в классе было холодно. Один жест не показывает всю картину без ситуации и других сигналов.



Улыбка может быть вежливой

Девочка улыбнулась однокласснику, когда он попросил помощь. Это не обязательно означало радость: иногда улыбка нужна, чтобы быть polite и доброжелательной. Важно смотреть не только на лицо, но и на слова, тон и обстоятельства.



Эмоции и типичные невербальные признаки



Это учебная схема: в реальной жизни эмоции часто смешиваются, поэтому один и тот же признак может выглядеть по-разному у разных людей.

Эмоции легче распознать по набору сигналов, чем по одному жесту или выражению лица.

Body language в дружбе и спорах

Начало разговора

Открытая поза, спокойные руки и кивок помогают показать интерес. В дружеском разговоре это создаёт ощущение безопасности и готовности слушать.

Напряжение растёт

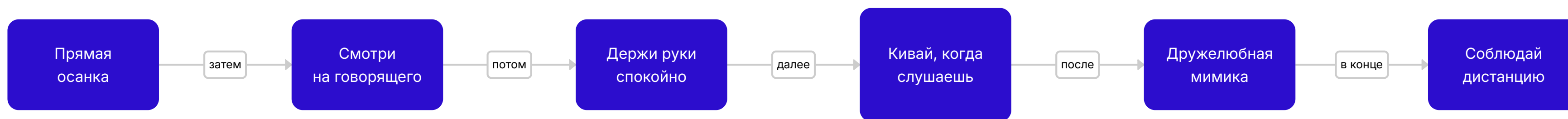
Если появляются резкие движения, закатывание глаз или поворот корпуса, другой человек часто чувствует раздражение. В споре такие сигналы усиливают конфликт.

Снижение напряжения

Нейтральные жесты, спокойное лицо и умеренный тон голоса помогают вернуть разговор в мирное русло. В парной и групповой работе это особенно важно.

Как показать уважение языком тела на английском уроке

Пошаговая схема для учебного общения на уроке английского языка



Body language в онлайн-общении

Лицо в кадре

Когда лицо хорошо видно, собеседник легче понимает настроение и реакцию. Это особенно важно на видеосвязи, где часть обычных жестов остаётся за пределами экрана.

Жесты в верхней части кадра

Руки и движения плеч помогают поддержать речь, но лучше не делать их слишком резкими. Небольшие спокойные жесты делают сообщение яснее и естественнее.

Взгляд и внимание

Направление взгляда показывает, слушает ли человек или отвлёкся. В онлайн-уроке это помогает создать ощущение участия даже через экран.

Эмодзи вместо мимики

Смайлики и значки в чате частично передают настроение, но не заменяют живое выражение лица. Поэтому важно писать понятно и следить за тоном сообщения.



Полезные привычки для ясного общения на английском

Эти привычки помогают сделать речь понятнее, вежливее и спокойнее в школьных ситуациях.

Когда слова и жесты совпадают, сообщение становится яснее, а общение — спокойнее и вежливее.

Habit	Why it helps	Example
Smile naturally	Friendlier speech	Greeting a classmate
Keep eye contact	Shows attention	Answering a question
Use calm gestures	Reduces tension	Group discussion
Respect distance	Avoids discomfort	Talking with a new person

Жесты помогают, но решает контекст

Язык тела делает общение понятнее, но его смысл раскрывается только вместе со словами, ситуацией и культурой. Если смотреть на лицо, позу, взгляд и жесты одновременно, понять собеседника гораздо легче.