

МКУ «УО ГО Верхняя Пышма»
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 11»
(МАДОУ «Детский сад № 11»)
ИНН/КПП 6606012728/668601001
Адрес: 624096, Свердловская область, г. Верхняя Пышма, ул. Машиностроителей, д. 4 а,
тел. 8(343 68) 7-90-71, E-mail: detsad_11@mail.ru

**Программа занятий (кружковая работа) по профилактике
эмоционально-волевых нарушений у детей дошкольного возраста**

«Радужные тропинки»
(разработано на основе порациональней программы Лыковой И.А.
«Цветные ладошки»

Автор:
педагог -психолог:
Смирнова А.И.

ГО Верхняя Пышма

2021 г.

Актуальность

В системе образования долгое время искусство рассматривалось как средство эстетического формирования и развития детей. Эмоционально-волевая сфера дошкольника представляет собой сложную регуляторную систему. Нарушения в этой сфере препятствуют свободному взаимодействию личности с окружающим миром, приводят к отклонениям в личностном развитии, стимулируют расстройства психологического характера. В настоящее время возникает необходимость рассматривать искусство не только как фактор развития и формирования личности в целом, но и как эффективное средство профилактики и коррекции психосоматических и эмоциональных нарушений, защиты детской психики от агрессивных воздействий внешней среды.

Арт-терапия относится к психологическому воздействию искусством и используется в социальной, педагогической, психологической работе как средство гармонизации и развития психики человека через его занятия художественным творчеством. Слово «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье ребенка, личности, группы. Арт-терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в детской психологии.

Цель: психолого-педагогическое сопровождение детей с нарушениями в эмоционально-волевом развитии ребенка через арт-терапию

Задачи:

- создавать условия для проявления всех видов творческой активности ребенка
- развитие инициативы и самостоятельности творческого мышления во всех видах Деятельности
- профилактика эмоционально-волевых нарушений у детей дошкольного возраста (тревожность, страхи, фобии, застенчивость и т.д)
- гармоничное развитие эмоционально-волевой сферы ребенка с учетом возраста с помощью арт-терапевтических техник
- развитие у дошкольников доверия и снижения психоэмоциональных барьеров с сверстниками и взрослыми через арт-терапию
- способствовать освоению ребенком разных способов выражения своего эмоционального состояния через арт-терапевтические техники
- способствовать формированию адекватной самооценки ребенка через творческий процесс и результат деятельности.

Концептуальная основа программы

Художественный образ лежит в основе передаваемого детям эстетического опыта и является центральным, связующим понятием в системе эстетических знаний. Эстетическое отношение может быть сформировано только в установке на восприятие художественных образов и выразительность явлений. Художественная деятельность – специфическая по своему содержанию и формам выражения активность, направленная на эстетическое освоение мира посредством искусства. В эстетическом развитии дошкольников центральной является способность к восприятию художественного произведения и самостоятельному созданию выразительного образа, который отличается оригинальностью (субъективной новизной), вариативностью, гибкостью, подвижностью. Эти показатели относятся как к конечному продукту, так и к характеру процесса деятельности, с учётом индивидуальных особенностей и возрастных возможностей дошкольников.

Арттерапия – «сборное» понятие, включающие множество разнообразных форм и методов: музыкатерапия, мандалатерапия, песочная терапия, нетрадиционное рисование, пластилино графия, изотерапия, цветотерапия, танцевальная терапия, куклатерапия, театральная деятельность и т.д. Арт-терапия наиболее подходит для работы с дошкольниками и основывается на том, что состояние внутреннего «Я» ребенка отражается в продуктах его творчества, избавляя от чрезмерного напряжения, внутреннего конфликта. Рисуя, ребенок получает возможность не только уменьшить излишнее возбуждение,

тревожность, агрессивность, недоверие к окружающему миру, но и обрести уверенность в себе и успех, а также связанные с ним положительные переживания и образцы поведения.

Выделяют четыре основных принципа арт-терапевтического воздействия (Повтян Л.А.):

- 1) Принцип построения картины мира - предполагает активное создание гармоничных отношений с окружающим миром
- 2) Принцип опосредования личности ребенка и его межличностных отношений в процессе воссоздания картины мира – реализуется через формирование визуальной модели мира в детском творчестве
- 3) Принцип смены социальной позиции ребёнка – происходит в процессе совместной художественной деятельности ребенка со взрослыми и сверстниками
- 4) Принцип эффекта саморазвития через творчество – реализуется через предоставление ребенку специфических условий и средств, а так же творческой «площадки», запускающих самостоятельное естественное развитие ребенка.

Краткое содержание программы:

В цикл занятий вошли общеизвестные упражнения, описанные в педагогической и психологической литературе, упражнения авторов предлагающих свои развивающие программы. Для решения поставленных задач используются следующие методы и приемы арттерапии:

- изотерапия
- цветотерапия
- музыкатерапия
- танцевально-двигательная терапия
- элементы сказкотерапии

Эти методы и приемы являются хорошим средством формирования навыков произвольной эмоционально-волевой регуляции, снижение психоэмоционального напряжения и развития творческого потенциала у дошкольников.

Занятия состоят из взаимосвязанных творческих работ, игровых ситуаций, заданий, упражнений, игр, подобранных таким образом, чтобы содействовать решению поставленных развивающих задач. Включая использование аудиозаписи, изображение образов животного и растительного мира, типичных поз, двигательных повадок, внешнего и внутреннего мира и т. Театрализация. Разыгрывание небольших сенок, участники которых имеют разное настроение, характер, поведение; Введение в игровую ситуацию, через атрибутику, пантомимы, творческие игры-сочинялки, режиссуры детей, распределения ролей и т.д. Беседы с детьми, обсуждение психологических ситуаций на основе творческих работ детей..

Словесные и подвижные игры, релаксационные и творческие упражнения. Проигрывание танцевально-двигательных упражнений. Анализ и обмен мнениями о различных творческих работах. Прослушивание аудиозаписи/видео со звуками природы и классических музыкальных произведений с целью погружения детей в творческий процесс, активирования творческого потенциала детей, побуждать детей к творческой активности и как следствие снижение психоэмоционального напряжения, повышения уверенности и самооценки.

Изотерапия - позволяет ребёнку ощутить и понять самого себя, выразить свободно мысли и чувства, мечты и надежды, быть самим собой, а также освободиться от негативных переживаний прошлого. Изотерапия – помогает ребенку понять свой внутренний мир, поделиться чувствами с другими «безопасно», проявить негативные эмоции путём использования художественных средств.

Цветотерапия – помогает регулировать эмоционально-волевою сферу ребенка, снимает внутреннее напряжение барьеры.

Сказкотерапия– даёт возможность справиться с различными психологическими проблемами (страхами, агрессия застенчивостью и т.п.), учит общаться с другими детьми, выражать свои эмоции, мысли, чувства. Помогает через образы принять себя и окружающих, увидеть «проблемную» ситуацию со стороны.

Музыкатерапия – настраивает ребенка на правильный «лад» работы, помогает сосредоточиться или расслабиться, снимает тревожность, страхи, эмоциональное возбуждение, помогает ребенку сконцентрироваться на себе, своих переживаниях и дает возможность их выплеснуть.

Танцевально-двигательная терапия – помогает ребенку раскрепоститься, устанавливать и расширять личные границы, почувствовать свое тело, снять физические и неврологические «блоки» у ребенка, помогает учиться устанавливать положительный контакт с другими детьми, а также быть сами собой.

В процессе реализации программы арсенал игр и упражнений может расширяться или меняться, в зависимости от усвоения программы дошкольниками.

Структура программы:

1. Организационно-методический этап. Включает в себя набор детей в группу, определение

индивидуальной траектории взаимодействия. **2.** Развивающий этап.

3. Заключительный этап. Подведение итогов.

Структура НОД:

1. Ритуал приветствия друг друга;

2. Ритуал вхождения в НОД (по необходимости);

3. Представление истории (сказки, по необходимости); Сюрпризный момент.

4. Применение развивающих творческих заданий, игр, экспрессивные этюды, рисование разными техниками и т.д.

5.. Обсуждение с детьми творческих работ. Ритуал прощания друг с другом (сказка или история, творческий сюжет)

Принципы проведения группового НОД:

- системность подачи материала - наглядность обучения;

- цикличность построения занятия;

- доступность;

- проблемность;

- развивающий и воспитательный характер учебного материала;

- творческий подход к заданиям;

Рекомендуемое количество детей в группе: 8 - 12 человек Количество НОД: 1 раз в месяц

Рекомендуемое помещение: кабинет педагога-психолога, рассчитанный на групповую НОД

Материально-технические условия: кабинет соответствуют требованиям СанПиН,

существует зона психологической разгрузки для детей, зона для релаксации (ковер), зона

для подгрупповой НОД (столы, стулья). Материалы для творчества: акварельные, гуашевые

краски, цветные и простые карандаши, фломастеры, мелки, пластилин, цветная,

тонирующая бумага, фактурная бумага, ватные палочки и диски, штампы, кисточки,

непроливайки и т.д Демонстративные картины окружающего мира, наличие ИКТ

(проектор, ноутбук, музыкальные колонки).

Тематическое планирование по работе с дошкольниками

Месяц	Тема	Цели и задачи
Октябрь	Красная тропинка: «Весёлые портреты»	<p>Цель: способствовать гармонизации осознания ребёнком своего «Я» среди других детей в группе</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие у дошкольников чувства доверия друг к другу - формирование «адекватной» положительной самооценки у детей через творческое рисование - развитие умения принимать представлять самого себя пред другими через свой художественный портрет
Ноябрь	Зеленая тропинка: «Наша ферма. Загадки с грядки»	<p>Цель: развитие у дошкольников умений и навыков выражать свои чувства и эмоции через язык тела</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие у дошкольников умения выражать свои чувства и эмоции через творческое проживание - снятие у дошкольников психоэмоционального и физического напряжения, получение позитивного двигательного опыта - развитие творческого мышления дошкольников с помощью не традиционных техник рисования
Декабрь	Синяя тропинка: «Снеговика в шапочках и шарфиках»	<p>Цели: развитие у дошкольников умения распознавать эмоциональное состояния у сверстников, способствующее более конструктивному межличностному взаимодействию с ними</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников через сказкатерапию - развитие у дошкольников умений и навыков выражать свои чувства и эмоции через творческие формы самовыражения - развитие у дошкольников умения распознавать эмоциональное состояния у сверстников через творческие задания
Январь	Оранжевая тропинка: «Веселый клоун. Шляпа фокусника»	<p>Цели: развитие у дошкольников умения распознавать эмоциональное состояния у сверстников, способствующее более конструктивному межличностному взаимодействию с ними</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников через сказкатерапию - развитие у дошкольников умений и навыков выражать свои чувства и эмоции через творческие формы самовыражения - развитие у дошкольников умения распознавать эмоциональное состояния у сверстников через творческие задания
Февраль	Фиолетовая тропинка: «Галстук для папы»	<p>Цель: развитие у дошкольников умений осознавать и конструктивно проживать свои собственные чувства и эмоции по отношению к отцу</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - расширение представлений дошкольников о понятии семья, члены семьи, традиции семьи - гармоничное развитие детско-родительских отношений через арт-терапию - закрепление/или повышение авторитета мамы у ребенка через арт-терапевтические техники - «безопасное» проживание травмирующих ситуаций, связанных с папой через творческую работу

Март	Желтая тропинка: «Весенний букет для мамочки»	<p>Цель: развитие у дошкольников умений осознавать и конструктивно проживать свои собственные чувства и эмоции по отношению к маме</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - расширение представлений дошкольников о понятии семья, члены семьи, традиции семьи - гармоничное развитие детско-родительских отношений через арт-терапию - закрепление и/или повышение авторитета мамы у ребенка через арт-терапевтические техники - «безопасное» проживание травмирующих ситуаций, связанных с мамой через творческую работу
Апрель	Голубая тропинка: «По морям, по волнам...»	<p>Цель: развитие у дошкольников умений и навыков выражать свои чувства и эмоции через творческие формы самовыражения</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - снижение у дошкольников психологических барьеров, психоэмоционального и мышечного напряжения, мешающих их конструктивному взаимодействию с сверстниками и взрослыми - развитие у дошкольников умения выражать свои чувства и эмоции через свободное, двигательное творческое самовыражение - развитие у дошкольников умения выражать свои чувства и эмоции через самостоятельное, независимое, творческое самовыражение
Май	«Радуга-дуга»	<p>Цель: развитие у дошкольников умений и навыков выражать свои чувства и эмоции через творческие формы самовыражения</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - снижение у дошкольников психологических барьеров, психоэмоционального и мышечного напряжения, мешающих их конструктивному взаимодействию с сверстниками и взрослыми - развитие у дошкольников умения выражать свои чувства и эмоции через свободное, двигательное творческое самовыражение - развитие у дошкольников умения выражать свои чувства и эмоции через самостоятельное, независимое, творческое самовыражение