

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска
«Детский сад №251 комбинированного вида»

**Программа педагога-психолога по профилактике тревожности
у детей старшего дошкольного возраста средствами
арт-терапии «Мой мир»**

Автор-составитель:

педагог-психолог, Загретдинова Н.В.

*Копия верна 17.09.2021
Заведующий МКДОУ Д/С №251
Т.Д. Бобровская И-*



Новосибирск, 2019

Пояснительная записка

Актуальность программы.

Детство – это уникальный период в жизни каждого человека. Именно от того, как сложится первый шаг в жизнь, в какой степени комфортно будет ребёнку, будет зависеть формирование его самосознания, самооценки и путь дальнейшего развития.

Индивидуальная работа программы основывается на принципе учета «зоны ближайшего развития» и осуществляется с помощью арт-терапевтических методов.

Арт-терапия — это метод коррекции и развития с помощью творчества, что способствует возможности затронуть глубинные процессы личности. Этот метод является самым мягким и в то же время глубоким по воздействию на состояние человека, особенно эмоциональное.

Цикл занятий с использованием методов арт-терапии помогает развитию эмоциональной устойчивости и активизации внутренних ресурсов..

Цель программы – поиск резервных возможностей детей и их активизация, развитие эмоциональной сферы, профилактика тревожных состояний у детей.

Задачи программы:

1. Укрепление психосоматического здоровья детей с ОВЗ, которое обеспечивает эмоциональное благополучие и учёт индивидуальных возможностей детей;
2. Развитие эмоционально-волевой сферы, формирование произвольности и саморегуляции поведения, коррекция страхов
3. Развитие познавательных психических процессов
4. Коррекция коммуникативных навыков, способствующих установлению межличностных отношений со сверстниками и педагогами,
5. Развитие общей и мелкой моторики;

Форма работы с обучающимися:

индивидуальная

групповая

Формы и методы работы:

1. Изотерапия — воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д. ;
2. Музыкалотерапия — воздействие через восприятие музыки;
3. Сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи.
4. Игровая терапия - воздействие с использованием игры.

Этапы реализации программы:

Диагностический этап подразумевает проведение обследования познавательной сферы ребёнка, выявление проблем и особенностей развития.

Оценка эффективности включает в себя динамическое наблюдение за успехами ребенка в процессе коррекционной работы, а также заключительное обследование познавательной сферы.

Принципы, на которых осуществляется программа:

1. Принцип развивающего обучения. Данная программа реализуется на основе положения о ведущей роли обучения в развитии ребенка, учитывая «зону его ближайшего развития».
2. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. Содержание программы учитывает особенности развития детей, предполагает индивидуальный подход к детям дошкольного возраста.
3. Принцип постепенности. Постепенный переход от простых знаний, операций, умений к более сложным (принципу «спирали»). Каждый вид заданий и упражнений служит подготовкой и основой для выполнения следующего, более сложного задания.
4. Принцип доступности. Максимальное раскрытие перед ребенком механизмов и операций логического и речевого мышления с целью их полного понимания. В заданиях используются максимально разнообразный материал, который относится к разным областям знаний.
5. Деятельностный принцип. Занятия проходят на взаимоотношениях сотрудничества, взаимопомощи, которые облегчают усвоение новых мыслительных операций и интеллектуальных действий, способствуют речевому развитию, формированию положительной мотивации к познавательной деятельности.

Структура и содержание занятий

Содержание занятий базируется на комплексном подходе, единстве вышечисленных принципов и предполагает системное развитие высших психических функций с опорой на те, которые развиты лучше остальных у членов группы.

Этапы работы:

1. Подготовительный: включает в себя организационные процедуры, знакомство с материалами, проводится исходная диагностика.
2. Основной (коррекционно-развивающий) состоит из творческой деятельности, интуитивного познания, оценки промежуточных результатов.
3. Заключительный состоит из процедуры «Что ты видишь?», завершения работы, оценки конечных результатов.

Задачи этапов:

На 1-м подготовительном этапе (1 – 3 занятие):

- подготовить необходимых расходных материалы и средства арт-терапевтической деятельности; познакомить ребенка с материалами;
- установить эмоционально-позитивный контакт с ребенком;
- помочь ориентироваться ребенку в обстановке, правилах и нормах работы;

На 2-м основном этапе (4 – 12 занятие):

- поддерживать атмосферу взаимного доверия;
- раскрыть индивидуальные потребности, чувства и проблемы ребенка в изобразительной и иной творческой деятельности и обсуждениях;
- преодолевать препятствующие самораскрытию тревоги и сопротивления;
- оценить промежуточный эффект арт-терапевтической программы.

На 3-м заключительном этапе (13 – 15 занятие):

- открытая и всесторонняя проработка связанных с завершением арт-терапевтической программы чувств;

Оборудование кабинета.

Созданная пространственно – предметная среда, позволяет обеспечить психологический комфорт для каждого ребёнка, создать возможности для развития творческих, познавательных процессов, речи и эмоционально – волевой сферы.

Зона для проведения коррекционно – развивающих групповых занятий хорошо освещена и включает в себя:

- магнитная доска;
- стол детский;
- стулья детские;
- палас
- подушки
- маленький диван

Для творческих работ детей также имеются:

- Магнитофон для прослушивания музыки.
- Музыкальные инструменты: бубен, металлофон, колокольчик
- Приспособления для рисования: краски, гуашь, кисти, ватман, листы бумаги, валики, трубочки мелки, карандаши, ватные палочки и т.д.
- Природные материалы: камушки, ракушки, шишки и т.д
- Пластилин, стеки, доски для лепки.

Организация занятий.

Занятия могут проходить в часы, отведенные для коррекционно-воспитательной работы. Их ведет педагог-психолог. Ход и результат занятий фиксируются в журнале и протоколах, составленных по определенной форме.

Критерии эффективности программы:

- повышение самооценки;
- снижение тревожного, агрессивного поведения;
- улучшение взаимоотношений.

Ожидаемые результаты: коррекционно-развивающая программа педагогической арт-терапии обеспечивает наиболее оптимальное достижение цели выявления перспектив социокультурного развития личности ребенка через активизацию и интенсификацию арт-деятельности дошкольников в условиях временного коллектива:

развития эмоциональной сферы и творческой активности,

повышения мотивации к различным видам искусства,

развития коммуникативных качеств личности, навыков конструктивного общения.

активное участие в процессе создания творческих работ;

позитивный настрой детей в работе.

Режим занятия: 1-2 раза в неделю.

Материалы: бумага (А-4, А-3, краски, кисти, стаканчик с водой, цветные карандаши, фломастеры, маркеры, простой карандаш, ластик, трубочка коктейльная, шерстяная нить, стекло (10х15, тексты сказок, музыка.

Месяц	Тема	Цель
Сентябрь, октябрь	Психолого-педагогическое обследование	Выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогической поддержке
Ноябрь 1 неделя	Здравствуй, друг!	Знакомство, установление контакта; создание благоприятной атмосферы
Ноябрь 2 неделя	«Моё имя»	Знакомство друг с другом и психолога с группой 2.Стимулирование творческого самовыражения.
Ноябрь 3 неделя	«Рисунок листьями» (оттиски)	Развитие эмоционального мира, снятие эмоционального напряжения
Ноябрь 4 неделя	«Осеннее дерево» (обрывная аппликация)	Развитие воображения, фантазии, снятие стресса, усталости, напряжения
Декабрь 1 неделя	«Рисование себя»	Самораскрытие, работа с образом «Я», раскрытие внутренних ресурсов личности и творческого потенциала
Декабрь 2 неделя	«Мандала или рисунок в круге»	Снятие стресса, усталости, напряжения, внутреннего конфликта
Декабрь	Песочный круг (песочная	Формирование позитивного

3 неделя	терапия	эмоционального фона, развитие эмоционально – волевой сферы
Декабрь 4 неделя	Фотоколлаж «Дом»	Развитие социальной компетентности, творческой фантазии и эстетического представления; коррекция детско-родительских отношений.
Январь 2 неделя	«Маски»	Самовыражение, самосознание. Работа с различными чувствами и состояниями. Развитие навыков активного слушания, эмпатии.
Январь 3 неделя	«Дорожки» (песочная терапия)	Развивать умение дослушать до конца задание, развивать мелкую моторику рук, путем взаимодействия пальчиков с песком, счетными палочками и мелкими игрушками.
Январь 4 неделя	«Сказка о бабочке сновидений» (сказкотерапия)	Актуализация эмоционального и когнитивного компонента переживания сновидений, изучение «ночных страхов», поиск внутреннего ресурса.
Февраль 1 неделя	«Моя семья» (песочная терапия)	Выявление эмоционального состояния ребенка, чувств и представлений, связанных с детско-родительскими отношениями, исследование особенностей взаимоотношения ребенка с миром.
Февраль 2 неделя	«Монотипия»	Развитие творческих способностей, полету фантазии, координации движения рук.
Февраль 3 неделя	«Невидимка» (рисование свечой)	Развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие эмоционального напряжения; пополнение и обогащение
Февраль 4 неделя	Музыкотерапия. «Зимняя сказка»	Творческое самовыражение, формирование чувства своего эмоционального состояния, формирование чувства защищенности, покоя.
Март 1 неделя	«Узоры на песке» (песочная терапия)	Закрепить знания про сенсорные эталоны и закономерности, развитие мелкой моторики рук.

Март 2 неделя	«Музыка-настроение» (Музыкотерапия)	Способствовать умению передавать настроение музыки снятие эмоционального напряжения, развитие творческого самовыражения.
Март 3 неделя	«Цветущее вишневое деревце» (рисование ладошкой и пальчиками)	Развитие эмоционального мира, творческих способностей, мышления, восприятия, мелкой моторики рук.
Март 4 неделя	«У страха глаза велики»	Дестабилизации и разрушению патологических стереотипов (повышенного уровня тревожности и страхов, чувства напряжения), раскрепощению детей; - развитие у них смелость и уверенности в себе; - развивать вербальные и невербальные формы проявления эмоций, мимику и пантомимику, мелкую моторику.
Апрель 1 неделя	«Перевоплощение»	учить умению перевоплощаться в предметы, животных, изображая их с помощью пластики, мимики, жестов. Снижение психоэмоционального напряжения. Развитие общей и мелкой моторики. Активизация внимания, умения концентрироваться на стихотворных образах.
Апрель 2 неделя	«Всегда ли мы поступаем правильно?» Социально - психологический тренинг.	формировать осознание последствий реакции в конфликтных или напряженных ситуациях, формировать чувство эмпатии, дружественного отношения друг к другу.
Апрель 3 неделя	«Тренируем свои эмоции». Игротерапия.	развитие саморегуляции, умения контролировать свои эмоции, снятие напряжения.

Апрель 4 неделя	«Прощание со страхами». Рисование карандашами.	коррекция страхов, агрессии, снятие напряжения, развитие творческого воображения, гармонизация эмоционального состояния.
Май 1 неделя	«Я и моя семья». Изотерапевтическая игра.	выявить своеобразие эмоционального благополучия ребенка в семье, зафиксировать позитивное отношение к родителям, осознание родственных чувств, чувства безопасности.
Май 2 неделя	Чтение сказки «Найда». Сказкотерапия	На вербальном и эмоциональном уровне показать ребенку что такое хорошо, что такое плохо, примерить на себя роли обидчика и обиженного, сильного и слабого, развивать умение высказывать свое мнение по проблеме.
Май 3 неделя	Групповой коллаж. «Мой мир»	раскрытие потенциальных возможностей детей, эффективным методом взаимодействия в группе, развитие положительных эмоциональных переживаний, творческое саморазвитие.
Май 4 неделя	Заключительное занятие. «Дарим радость». Подведение итога ;	подведение итогов выполненной работы, формирование у детей умения распознавать свои эмоции, овладевать и управлять ими

9. Учебно-тематический план взаимодействия с семьями воспитанников

№	Вид работы/Тема	Дата
1	Консультация «Психологическое здоровье ребенка».	Октябрь
2	Семинар - практикум «Нетрадиционные техники рисования»	Ноябрь
4	Консультация «Роль песка в развитии психики ребенка»	Январь
5	Мастер - класс «Техника творческого конструирования из бумаги – оригами: Цветик – семицветик».	Март
6	Консультация «Как сформировать адекватную самооценку у ребенка?»	Апрель

Список литература

1. Арт-терапия - новые горизонты /Под ред. А.И.Копытина. - М.: Когито-Центр, 2006
2. Давыдова Г. Н. Нетрадиционные техники рисования в детском саду. Часть 1. – М.: Издательство Скрипторий 2003; 2007. – 72 с.
3. Давыдова Г. Н. Нетрадиционные техники рисования в детском саду. Часть 2. – М.: Издательство Скрипторий 2003; 2007. – 72 с.
4. Дубина Л. А. Коммуникативная компетентность дошкольников: сборник игр и игровых упражнений. – М.: Книголюб; 2006. – 64 с.
5. Иванова Н.Ф. Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет: диагностика , занятия, рекомендации.- Волг.: Учитель. 2009. – 191 с.
6. Ильина М. В. Развитие невербального воображения. – М.: Просвещение; 2004. – 64 с.
7. Ильина М. В. Развитие вербального воображения. – М.: Просвещение; 2004. – 65 с.
8. Катаева Л. И. Работа психолога с застенчивыми детьми. – М.: Просвещение; 2005. – 56 с.
9. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь; 2006. – 160 с.
10. Кобитина И.И. Работа с бумагой: поделки и игры. Торговый центр Сфера. М.: 2001г.
11. Копытина А.И. Арт-терапия – новые горизонты. – М.: КогитоЦентр,2006. – 33бс.
12. Крюкова С. В., Слободяник Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. – М.: Просвещение; 2007. – 208 с.
13. Лебеденко Е. Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск Какой Я?. – М.: Просвещение; 2005. – 64 с.
14. Лебедева Л.Д. «Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий». Изд. «Речь», СПб.: 2003 г.
15. Царева Ю. В. Коррекция поведенческих нарушений у детей» Сборник упражнений и игр – М.: Книголюб, 2008.- 48 с.
16. Щетинин М. Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей.- М.: Айрис-пресс; 2007. – 112 с.

