

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Усть-Нерский детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей №36 «Березка» муниципального образования «Оймяконский улус (район)»

Картотека занятий по арт-терапии, направленная на профилактику застенчивости у детей старшего дошкольного возраста

Воспитатель:

Гочако Марина Федоровна Никулина М.М.

Усть-Нера, 2019 год

ПРИЛОЖЕНИЕ

Отформатировано: Шрифт: полужирный

Отформатировано: По центру, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, 1,5 строки, Поз.табуляции: 2,91 см, по левому краю

Приложение 1

Отформатировано: Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, 1,5 строки

Отформатировано: По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см

Система занятий по арт-терапии, направленная на профилактику застенчивости у детей старшего дошкольного возраста

Занятие «Что мне нравится в других и не нравится в самом себе»

Программные задачи: создать положительный эмоциональный фон; развивать способность понимать эмоциональное состояние свое и других детей, умение адекватно выразить свое эмоциональное состояние, испытывать доброжелательное отношение детей друг к другу, умение быть ласковым, передавать свои чувства друг другу правильным способом. Критически оценивать свои недостатки, дать возможность высказать свои чувства друг другу и отразить их в рисунке, используя различную гамму красок, всевозможные линии и предметы, которые соответствуют чувствам детей, активизировать в речи детей нежные, ласковые слова.

Материал: мягкая игрушка «сердце», листы бумаги, краски, кисточки, музыкальное произведение со спокойной мелодией в записи.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия)

Дети входят в группу, становятся в круг.

Воспитатель: Доброе утро! Ребята, давайте поздороваемся друг с другом. Сейчас я повернусь, кто стоит справа от меня, назову его ласково по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа.

Дети, держась за руки, цепочкой, проходят и садятся на стульчики, расставленные по кругу.

Психологическое упражнение «Теплый свет»

Воспитатель: Садитесь поудобнее и три раза глубоко вдохните. Представьте себе, что при вдохе ваше тело наполняется теплым светом – от головы до кончиков пальцев ног... И когда выдыхаете, представьте себе, что то, что вам мешает, сейчас и нужно, покидает вас. Вы вдыхаете «теплый свет», а выдыхаете неприятные чувства. Дайте расслабиться своему телу, своим плечам и рукам, ногам, расслабьте стопы и ладошки. А теперь каждый останется сам собой. И я обращаюсь к каждому из вас, не называя вас по имени, но все знают, что я обращаюсь к каждому.

Представь себе, что сейчас чудесный день, над тобой проплывает серое облако, на которое ты можешь положить все то, что тебе в себе не нравится, и все это улетит вместе с облаком.

Всплеск чувств и слов: что мне не нравится во мне

Воспитатель: Откройте глаза и дайте волю своим чувствам и словам, расскажите, что же вам в вас не нравится.

Дети: Мне в себе не нравится... когда я не слушаюсь старших, ссорюсь со старшей сестрой, спешу и т. д.

Эмоциональный этюд «Радуга»

Воспитатель: А теперь представьте себе, что вы - бабочка, радуга, цветок... Нет никого на свете, кто думал бы, как ты, и чувствовал бы так же, как ты. Ты можешь радовать себя и других только радужными чувствами и добрыми словами.

Расскажите, что вам нравится в других детях (при этом дает игрушечное «сердце»). В хорошее слово мы вкладываем кусочек своего сердца. Мы будем передавать «сердечко» по кругу со словами: «Мне нравится в сидящем рядом со мной Никите, что он хорошо читает, что он красивый... и т. д.

Теперь, услышав о себе хорошие слова, вас переполняют чувства? Какие? (*Радости, восхищения, счастья...*) А как всем хочется

их выразить? (*Через танец, пение, рисование.*) Каким цветом вы передадите свои чувства? А какими песнями?

Рисование своего чувства

Воспитатель: Возьмите бумагу и нарисуйте, что в данный момент ощущаете. Подберите цвета, подходящие чувству. Можно рисовать линии, кружки, узоры, картинки. Надо постараться «выплеснуть» свои эмоции через рисунки.

Звучит спокойная музыка, дети рисуют. Затем выходят в центр круга с рисунками, показывают их друг другу и говорят: «Мы вас любим!»

Итог занятия

Воспитатель: Сегодня мы с вами учились выражать свои чувства и себе, и своим друзьям. Мы постарались заглянуть в себя, в свой внутренний мир, выразить свои чувства через рисунки. Я думаю, нам это удалось. Спасибо!

Занятие «Рисуем круги...»

Программные задачи: способствует развитию спонтанности, рефлексии; позволяет прояснить личностные особенности, ценности, притязания, характер проблем каждого ребенка, его положение в группе; выявляет межличностные и групповые взаимоотношения, их динамику, имеет потенциал для формирования групповой сплоченности.

Материалы: Два рулона (по одному на каждый стол) плотной бумаги длиной около 2 м каждый, без соединительных швов. Можно использовать обратную сторону обоев, плотную оберточную бумагу. Разнообразные изобразительные материалы и средства в достаточном количестве: карандаши, фломастеры, краски, восковые мелки, масляная пастель, гуашь, кисти, баночки с водой, ластик, скотч (выбор изобразительных средств определяется самостоятельно каждым ребенком).

Ход занятия:

Упражнение «Каракули»

Воспитатель: Ребята, возьмите карандаш в нерабочую руку и с закрытыми глазами порисуйте каракули на листе бумаге. Рисуйте, пока не надоест. Откройте глаза, покрутите лист в разные стороны. Постарайтесь увидеть в своей работе что-нибудь, угадать какой-то образ, найти что-то знакомое. Обведите эту часть цветным карандашом или фломастером. Передайте свой рисунок соседу справа — пусть теперь он увидит нечто свое в вашей работе и дорисует то, что считает нужным. Когда ваш рисунок сделает круг и вернется к вам, попробуйте понять: нравится ли вам то, что с ним сделали? Какие чувства возникли при первом взгляде на свою работу? Представьте, что перед вами настоящее произведение искусства. Дайте ему название.

Индивидуальная работа

Воспитатель: Ребятки! Займите место за одним из столов. При желании свое местоположение можно изменить. Вы вправе свободно передвигаться вокруг стола и работать на любой территории.

Нарисуйте кружок желаемого размера понравившимся цветом. Нарисуйте на листе еще один-два круга любого размера и цвета. Пожалуйста, отойдите от стола и посмотрите на полученные изображения со стороны.

Следующая инструкция только для тех, кто не удовлетворен результатами работы и хотел бы изменить (уточнить, подправить) вид, цвет, местоположение своих кругов в пространстве бумажного полотна. Вы можете сделать еще один или несколько рисунков. Обведите контуры рисунков. Соедините линиями свои круги с теми кругами, которые вам особенно понравились. Заполните пространство каждого из своих кругов сюжетными рисунками, значками, символами, т. е. придайте им индивидуальность.

Коллективная работа

Воспитатель: Походите вокруг листа-картины, внимательно рассмотрите рисунки. Если вам очень хочется дорисовать что-либо в кругах других участников, попробуйте с ними об этом договориться.

Зарисуйте оставшееся свободное пространство листа узорами, символами, значками и др. Прежде всего, договоритесь с другими участниками о содержании и способах создания фона для коллективного рисунка.

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

Дети прикрепляют получившиеся картины-полотна к стене. Затем каждый участник делится впечатлениями о совместной работе, показывает собственные рисунки, рассказывает о замысле, сюжете, чувствах.

Отформатировано: По ширине

Занятие 3 «Веселые и грустные кляксы»

Программные задачи: учить распознавать чувства и эмоции; стимулировать их проявление; развивать наблюдательность и активность.

Материал: листы бумаги, кисти, краски, трубочки.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия):

Упражнение «Здравствуй»

Приветствие сопровождается движениями, дети сидят на ковре в кругу:

Здравствуй, Небо! Руки поднять вверх

Здравствуй, Солнце! Руками над головой описать большой круг

Здравствуй, Земля! Плавно опустить руки на ковер

Здравствуй, планета Земля! Описать большой круг над головой

Здравствуй, наша большая семья!

Все ребята берутся за руки и поднимают их вверх.

Создание доверительной обстановки: упражнение «Передай настроение»

Отформатировано: По центру

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri)

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

Отформатировано: Шрифт: курсив

Отформатировано: По центру, Отступ: Первая строка: 0 см

Отформатировано: Шрифт: курсив

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) Times New Roman

Отформатировано: Обычный, Отступ: Первая строка: 0 см

Отформатировано: Шрифт: курсив

Отформатировано: Отступ: Первая строка: 0 см

Дети стоят в кругу. Ведущий должен придумать настроение (грустное, веселое, тоскливое, удивленное и т.д.) и передать его следующему участнику невербально, по кругу. Когда дети передали его по кругу, нужно обсудить, какое именно настроение было загадано. Затем ведущим становится следующий ребенок.

Индивидуальная работа "О чем расскажет моя клякса?"

Воспитатель: Ребята, сегодня я предлагаю вам немного пошалить! Рисовать мы будем сегодня необычным способом кисточкой, а трубочкой! Я сейчас вам покажу (показ воспитателя). Посмотрите, какая интересная клякса у меня получилась! На что она похожа? Давайте ее рассмотрим, а если мы дорисуем ей детали, на что она стала похожа теперь?

Вам я тоже предлагаю нарисовать такие кляксы, приступаем!

Этап вербализации: проговаривание чувств, создание волшебства

"Сказка моей кляксы "

Воспитатель: Какая красота! Рассмотрите внимательно свои рисунки и рисунки своих соседей! А теперь я предлагаю вам дать имя своей кляксе и сочинить сказку о ней!

Каждый ребенок выходит и рассказывает сказку о своей кляксе.

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

Воспитатель: Какие интересные кляксы у вас получились и истории о них просто замечательные. Я вам предлагаю наши работы разместить на стенде, тогда у нас получится прекрасная выставка! Спасибо вам за участие!

Дети размещают свои работы на стенде.

Занятие 4 «Пестрые бабочки»

Программные задачи: монотипия – помогает в развитии умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ, снижении

Отформатировано: Цвет шрифта: Авто

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri)

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

психоэмоционального напряжения, повышении уверенности в себе, развитии творческой личности

Материал: листы бумаги, кисти, краски

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): упражнение «Колокольчик»

Давайте поприветствуем друг друга с помощью колокольчика. Дети, называя имя соседа в ласковой форме, передают друг другу колокольчик.

– Здравствуй, Настенька! Дин-дон-дон!

– Здравствуй, Сашенька! Дин-дон-дон!

И так далее, пока колокольчик не обойдет весь круг.

Создание монотипии: игры с красками

Воспитатель: Ребята, послушайте внимательно загадку и попробуйте её отгадать:

Утро... Весь в цветах лужок...

Но смотри: один цветок

Вдруг вспорхнул – и полетел,

И опять на кустик сел!

Удивительный цветок:

Ножки, глазки, стебелёк,

Между крыльев - складочка.

Да ведь это ж (бабочка)

Воспитатель: Как догадались, что это бабочка? С чем бабочку сравнивают в загадке? Бабочки летом весело порхают в саду, на лугу, в поле, радуя нас всеми цветами радуги.

Физминутка

Спал цветок и вдруг проснулся (туловище вправо, влево)

Больше спать не захотел, (присесть)

Шевельнулся, потянулся, (руки вверх, потянуться)

Взвился вверх и полетел, (машем руками, как крыльями)

Солнце утром лишь проснётся

Бабочка кружится, вьётся (покружиться).

Воспитатель: А сейчас мы с вами нарисуем бабочку(*показ педагога*)

Как сделать крылья бабочки одинаковыми? В этом нам поможет техника **монотипия**.

Половину изображения бабочки толстой кистью смочу водой так, чтобы не осталось ни одного сухого участка. Затем быстро, чтобы вода не успела испариться, нанесу разноцветные пятна. Каждый раз при наборе краски нового цвета хорошо промываю кисть! Посмотрите, какие чудеса происходят, как удивительно расплываются разноцветные пятна, волшебным образом смешиваясь между собой! Складываю половинки, проглаживаю ладонью. Теперь разворачиваю, что получилось?

Теперь осталось дорисовать голову, туловище, усики и, кто хочет, рисунок на крылышках (фальшглазки).

Дети выполняют работу в технике монотипия.

Этап вербализации: использование техники активного воображения

Воспитатель: Ребята, какие красивые бабочки у вас получились! А теперь, я предлагаю вам обменяться бабочками и придумать им названия! Дети обмениваются бабочками, каждый придумывает ей название.

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

Воспитатель: а сейчас я вам предлагаю разместить наших бабочек на этой поляне (ватман с изображением цветочного луга), тогда у нас получится прекрасная выставка! Спасибо вам за участие!

Дети размещают свои работы на ватмане.

Занятие 5 «Рисуем деревья»

Программные задачи: развивать чувство причастности к коллективу, групповую сплоченность, доброжелательные взаимоотношения, сочувствие, сопереживание. Сочетание изобразительного творчества и музыки побуждает

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri), 11 пт

Отформатировано: Обычный, По левому краю, междустрочный, одинарный

к самораскрытию, исследованию эмоционального состояния, переживаний, личных проблем

Материалы: масляная пастель, восковые мелки, цветные карандаши, фломастеры, краски, гуашь — по желанию, бумага формата А4, большой лист ватмана. Техническое средство для воспроизведения музыки. Записи музыкальных композиций.

Ход занятия:

Активизация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений

Детям предлагается занять удобное для себя положение (встать, присесть, сесть на пол, если есть соответствующие условия, — по желанию).

Воспитатель: Закройте глаза. Представьте цвет, звук, мелодию, движения, с помощью которых можно было бы выразить собственное состояние «здесь и теперь».

Встаньте в общий круг. Попробуйте описать словами и показать ваши ощущения.

Поиск образа посредством движений под музыку

Звучит медленная, мелодичная музыкальная композиция (без слов).

Воспитатель: Закройте глаза и постарайтесь увидеть лес. Представьте себя в образе дерева. Найдите ему место среди других деревьев.

Далее предлагается выбрать в пространстве аудитории подходящее место, где «дереву» удобно качать ветвями, расти вверх и даже танцевать.

Покажите движениями, танцем, как оно себя чувствует. Одинокое дерево открыто всем ветрам. Летом его нещадно жарит солнце, зимой остужает мороз. Даже зверю трудно спрятаться под одиноким деревом. Толи дело, когда рядом есть добрые и надежные друзья. Подойдите друг к другу так близко, как вам этого хочется. Пусть ваши деревья образуют несколько рощиц. Бережно соприкоснитесь пальчиками — листочками.

Попробуем все вместе создать образ очень сильного, могучего дерева. Встаньте рядом друг с другом в круг. Какой огромный, надежный ствол получился у дерева! И ветви тянутся вверх, переплетаясь между собой.

В_такой кроне тепло и уютно белкам, птицам. А само дерево ничего не_страшится: ни бури, ни грозы, ни одиночества.

Индивидуальная работа

Каждому ребенку предлагается занять выбранное им место за рабочим столом.

Воспитатель: На листе бумаги с помощью любых изобразительных средств нарисуйте представленные вами образы одного или нескольких деревьев и возникшие ассоциации.

Придумайте рисунку название и историю, которую «дерево» хотело бы_рассказать от первого лица.

Этап вербализации

Участники занимают стулья, кладут на пол внутри круга свои работы так, чтобы всем было удобно рассмотреть детали. Затем каждый рассказывает о своем рисунке. Степень открытости зависит от самого «художника». Если он по какой-то причине молчит, можно попытаться деликатно расспросить, например, о чувствах, надеждах, мечтах, желаниях дерева-образа. Настаивать однако не стоит.

Коллективная работа

Воспитатель: Представьте, что большой лист ватмана на полу — это поляна, на которой «вырастут» ваши деревья. Каждый вправе решать, где удобнее разместить рисунки: в лесу среди других деревьев, в маленькой рощице или оставить в одиночестве (говоря образно).

Выберите подходящее место и расположите деревья на плоскости листа.

При желании, измените первоначальное местоположение вашего рисунка.

Ритуал окончания занятия

Занятие завершается взаимными подарками и добрыми пожеланиями.

Воспитатель: Вы можете обратиться друг к другу, например, с такими словами: «Пожалуйста, подари мне на память твое дерево» или «Позволь мне

подарить свой рисунок на память тебе». Пусть эти подарки станут вашими счастливыми талисманами.

Участники обмениваются творческими работами. «В лесу» (на листе бумаги) не должно остаться одиноких деревьев, которые никто не выбрал. В этом случае воспитатель может попросить разрешения автора взять рисунок себе, непременно с автографом.

Занятие 6 «Почему люди сердятся?»

Программные задачи: учить детей понимать свой внешний и внутренний мир, окружающих людей, выражать свое эмоциональное состояние, используя мимику, расширить круг понимаемых эмоций.

Материал: зеркало на каждого ребенка, книга К. Чуковского «Мойдодыр», смайлики «гнев», «злость», краска, кисточки, листочки.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): «Вежливые слова»

Воспитатель: Дети, какие вежливые слова вы знаете? Почему их называют волшебными?

Вслушайтесь в волшебство вежливых слов и почувствуйте их чудодейственную силу.

“Здравствуйте!” — здоровья желаю.

“Благодарю!” — благо дарю.

“Извините!” — признаю свою вину и прошу простить.

“Спасибо!” — спаси бог.

Волшебные слова приятно слышать каждому из нас. В них — нежность, тепло солнца, все оттенки любви и света. Они помогают нам сохранить добрые отношения, дарят радость. И тот, кто умеет их говорить — не знает ссор и обид. Скажите друг другу волшебные слова так, чтобы они вызвали улыбку и подарили всем хорошее настроение.

Отформатировано: Обычный (веб), По ширине

Этап вербализации

Дети сидят в кругу. Педагог зачитывает детям отрывок из произведения К. Чуковского «Мойдодыр», где поэт описывает гнев Умывальника и Крокодила.

Воспитатель: Почему рассердились Умывальник и Крокодил? Как описал автор гнев Умывальника? Как описал автор гнев Крокодила?

Рассматривание иллюстраций художника А. Аленского, на которых изображены сердитые Умывальник и Крокодил.

Упражнение «Зеркало»

Педагог предлагает детям перед зеркалом изобразить свой гнев, злость. Рассматриваются смайлики «гнев», «злость». Педагог предлагает детям вспомнить и рассказать о ситуациях, когда они сердились, гневались, злились (*дети высказываются*).

Индивидуальная работа

Воспитатель: Ребята, а сейчас я вам предлагаю изобразить свой гнев! Вспомните, как вы себя чувствуете, когда злитесь? Какой цвет вам представляется при этом?

Далее педагог предлагает цветовым пятном изобразить свой гнев.

Дети изображают свой гнев.

Ритуал окончания занятия

Рассматриваются рисунки. Обращается внимание на цветовую передачу гнева, отмечается схожесть и отличия в изображениях гнева детьми.

Занятие 7 «Путешествие в сказочный лес»

Программные задачи: создание эмоционально положительного настроения у участников тренинга, сплочение детского коллектива на основе совместной продуктивной деятельности дошкольников. Снятие эмоционального напряжения.

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri)

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

Материалы: макеты деревьев; пеньки; большой ватман; акварельные краски, гуашь; кисти; стаканчики для воды; музыкальные аудиофайлы «Лес», «Звуки природы»; листья из бумаги различных цветов, костюм лисички.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): упражнение «Улыбка»

Воспитатель: Какой сегодня день? Хмурый пасмурный светлый или солнечный? Какое настроение вызывает у вас такая погода?

А знаете, что надо сделать, чтобы улучшилось настроение, чтобы на душе было тепло и спокойно? Надо улыбнуться.

Звучит песня:

От улыбки хмурый день светлей,

От улыбки в небе радуга проснется.

Поделись, улыбкою своей

И она к тебе еще не раз вернется.

Я хочу с вами поделиться улыбкой. Я дарю вам свою улыбку. Я люблю вас. У вас такие солнечные, лучистые улыбки, что, глядя на них, ярче становится день, а на душе теплеет. Порадуйте своей улыбкой тех, кто с вами рядом. Улыбнитесь друг другу. Звучит музыка.

Воспитатель: Ребята, хотите отправиться в сказочный лес? Тогда закроем глаза, и наша волшебная музыка поможет нам перенестись в _____ сказочный лес. Звучит приятная медленная музыка. Дети закрывают глаза и представляют, как они переносятся в волшебный лес (*воспитатель размещает атрибуты осеннего леса*).

Воспитатель: Ну, вот мы и прибыли в наш волшебный лес. Смотрите, как здесь красиво! Деревья в золотом наряде, а кое-где видны желтые, оранжевые и красные листочки.

Игра «Клубочек»

Воспитатель: Ребята, лесные жители приготовили для нас клубочек с_—нитками. Я предлагаю вам сесть в круг и, передавая клубок ниток следующему ребенку, говорить ему что-нибудь приятное. При этом каждый, кто передает и кому передается клубок, наматывает часть нитки на свой палец. *Педагог показывает образец действия. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не окажутся связанными нитью.*

Посмотрите, мы все связаны одной нитью. Давайте слегка натянем ее, чтобы почувствовать, что каждый из нас является частью одного целого. Мы_с вами – единое целое. И на нашем занятии мы должны быть дружными, действовать слаженно.

Этап вербализации

Педагог читает стихотворение «Сказочный лес» Р. Евсеенко:

По дорогам безымянным
Мы в звенящий входим лес.
Здесь уютом первозданьем
Греют сосны до небес
Ранней песней соловьиной
Лес очнётся ото сна
Черноплодную рябиной
Вспыхнут бусинки в глазах...

Воспитатель: Ребята, а кто еще обитает в сказочном лесу? А каких животных можно встретить в лесу?

Игра «Большое животное»

Воспитатель: В сказочном лесу много животных: и маленьких, и больших. Я предлагаю вам всем вместе поиграть в игру «Большое доброе животное». Нужно встать в круг и взяться за руки. Мы превратились в одно огромное, доброе животное. Давайте придумаем ему имя! *Дети придумывают животному имя.*

Здорово! У нашего зверя появилось имя! Прислушайтесь к дыханию животного. Все вместе глубоко вдыхаем воздух и выдыхаем. Громко дышит большое животное. Сейчас делаем один шаг вперед - глубоко вдыхаем воздух через нос, ненадолго задерживаем дыхание, делаем шаг назад и сильно выдыхаем весь воздух через рот. Вот какое дыхание у большого зверя!

У нашего животного большое, доброе сердце, послушайте, как оно стучит. Все вместе медленно стучим ногами. Наше животное кто-то испугнул, и оно пустилось наутек, его сердце застучало быстро и громко (давайте часто и громко потопаем ногами). Дыхание стало прерывистым и частым-частым. Делаем шаг вперед и быстро топая ножками, шаг назад, снова быстро топая ногами.

Арт-терапевтическая игра «Волшебное животное»

(проводится под спокойную музыку)

Воспитатель: Ребята, в сказочном лесу живет волшебное животное! Оно очень доброе, но чуточку пугливое. Поэтому еще никому не удалось его увидеть. Давайте вместе с вами пофантазируем, каким оно может быть? Какого размера наше животное - большое или маленькое? Какое у него телосложение - полновато или худощавое. Может быть, у него есть крылья и даже рога с шипами, а возможно оно покрыто мягкой, приятной на ощупь шерсткой? Или же его уши и хвост необычной формы? Какого цвета будет наше животное - однотонное или разноцветное, есть ли у него пятна или полосы?

Коллективная работа: рисование «Волшебное животное»

Воспитатель: Ребята, а вы любите рисовать? Сейчас вам представится такая возможность. Посмотрите у меня в руках огромный ватман, сейчас мы все вместе нарисуем на нем необычное животное. Это животное волшебное, поэтому может иметь несколько голов, или хвостов (каждый разной формы).

Дети договариваются, какое животное они будут рисовать. При необходимости воспитатель обращает внимание на то, что дети не должны спорить, а должны рисовать вместе, учитывая мнения друг друга.

Беседа по результатам коллективной работы:

- Какое прекрасное животное мы создали. Давайте придумаем ему имя.
- А расскажите мне, пожалуйста, какой у него характер?
- Где оно живет, на дереве или может быть в земле?
- С кем дружит наше животное?
- Чем оно любит заниматься?

Ритуал окончания занятия

Воспитатель: Ребята, вам понравилась экскурсия в сказочный лес?

Что больше всего запомнилось и почему? Трудно ли вам было всем вместе рисовать одно общее животное? Как быстро вы смогли договориться друг с другом о том, каким будет животное?

Воспитатель: К сожалению, уже пора прощаться. До свидания, мои милые друзья!

Занятие 8 «Цветочная поляна»

Программные задачи: Развитие и умения правильно выражать свои эмоции и чувства. Снятие напряжения. Повышение самооценки

Материалы: лист бумаги формата А8, карандаши, фломастеры, восковые мелки, клей-карандаш, ножницы, записи музыкальных композиций.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): упражнение «Подарим улыбку друг другу»

Воспитатель: Ребята, здравствуйте, поприветствуем друг друга.

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri)

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

Собрались все дети в круг,
Я твой друг и ты мой друг,
Крепко за руки возьмемся, и друг другу улыбнемся.

Этап вербализации

Беседа «Настроение по цвету»

Воспитатель: Ребята, забота о своём настроении также важна, как и забота о своём теле, о своём здоровье. Необходимо научиться радоваться жизни. Вот что способствует хорошему настроению: дружелюбие, улыбка, удобная красивая одежда, музыка, что ещё?

Ответы детей.

Закройте глаза и постарайтесь увидеть, представить цветочную поляну, на которой растут разные цветы.

Представьте себя в образе цветка. Этот цветочек может быть реальным растущим в наших лесах, а может этот цветок - житель южных лесов или он сказочный, волшебный, придуманный вами.

Откройте глаза. Представьте, что вы маленький цветочек (присядьте) и вот прошел дождь, и вы стали расти (медленно вставайте, как бы растите вверх).

Подул сильный-сильный ветер, и цветы качаются из стороны в сторону.

Оглянитесь вокруг. Вы не одиноки. Возьмитесь за руки. Хорошо, когда рядом есть друзья. Подарите друг другу улыбку.

Коллективная работа

Воспитатель предлагает детям сесть за столы и продолжить работу:

Воспитатель: На листе бумаги с помощью любых изобразительных средств нарисуйте представленные вами цветы.

Затем воспитатель предлагает детям рассказать по очереди историю о своём цветке от первого лица.

Педагог задает косвенные вопросы:

Где твоему цветку хотелось бы расти: на поляне или клумбе?

Есть ли у него друзья или нет?

Бойтся ли чего-нибудь этот цветок?

Этот цветок счастлив или нет?

О чем мечтает этот цветок?

Вырежьте свой цветок, который вам нравится и раскрасьте его.

Воспитатель обращает внимание детей на лист бумаги, на котором уже нарисован фон в виде неба и поляны: «Представьте, что этот лист бумаги – поляна, на которой вырастут ваши цветы. Каждый вправе решать, где удобнее будет расти его цветку: среди других в лесу или в сторонке от всех на опушке леса или на клумбе. Выберите подходящее место и приклейте свой цветочек».

Во время выбора места и заполнения пространства поляны воспитатель следит затем, чтобы дети договаривались, уступали, шли на компромисс. Только тогда, когда все дети остались довольны расположением цветов, они приклеиваются.

Воспитатель: Зарисуйте оставшееся пространство поляны. Пожеланию, заселите ваш лес: зверями, птицами, насекомыми. Дорисуйте другие растения, водоемы (реки, озера).

Общий рисунок прикрепляют к мольберту, к стене, чтобы все могли рассмотреть получившуюся картину.

Воспитатель отмечает, что совместными усилиями и благодаря сотрудничеству, совместному творчеству обычный лист бумаги превратился в красивую картину «Чудесная поляна». Каждый цветок на нашей «чудесной поляне» не одинок, рядом с ним растут много других «цветов - друзей»! Вы тоже не одиноки. Поглядите вокруг вас тоже друзья. Вы вместе «один за всех и все за одного»!

Ритуал окончания занятия

Воспитатель приглашает всех на коврик, включает спокойную расслабляющую музыку и говорит:

Воспитатель: Сядьте поудобнее и закройте глаза. 2-3 раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Но_это не совсем обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представьте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове. Вы чувствуете, как расслабляется ваш лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи... Белый свет течет по вашим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и_расслабленными. Белый свет стекает с вашей спины, и вы замечаете, как и_в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и_расслабленной. А свет течет по вашей груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются и вы сами собой, без всякого усилия, можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и_приятно. Пусть свет течет также по вашим рукам, по ладоням, по пальцам. Вы замечаете, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к вашим ступням. Вы чувствуете, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно и_безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и_наполняетесь свежими силами... (30 секунд). Теперь поблагодарите этот водопад света за то, что он вас так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза.

Воспитатель: «Я надеюсь, что вам понравилось быть немного волшебниками, создавать волшебные поляны.

Занятие 9 «Нарисуй страх»

Программные задачи: помочь детям графически отреагировать имеющиеся у них страхи, препятствующие полноценному личностному развитию, снизить ситуативную тревожность на занятии, способствовать

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri), 11 пт

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

повышению самооценки детей, обучать способам снятия мышечного и эмоционального напряжения.

Материал: клубок ниток; листы бумаги формата А4; простые карандаши; ластик; настольная игра «Поиграем в сказку» (картинки формата А4, состоящие из 6-9 частей).

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): игра «Поменяйтесь местами те...»

Дети стоят свободно на ковре

Воспитатель: Здравствуйте, дети! Я очень рада видеть вас. Сегодня у нас очень интересное и творческое занятие.

Воспитатель: Мы все с вами очень разные, и в то же время, все чем-то похожи друг на друга. Я предлагаю вам поиграть в игру, которая поможет нам ближе узнать друг друга. Поменяйтесь местами те, кто:

- сегодня завтракал
- кто любит мороженое
- кому не нравится болеть
- кто с нетерпением ждет Нового года и подарков
- кто любит, когда ему читают книжки
- кто любит играть и рисовать
- кому не нравится драться
- кто летом любит плавать, загорать и кататься на велосипеде.

Дети, понравилась вам игра? (*Ответы детей*). Мы лучше узнали друг друга, и, оказывается, у нас с вами действительно много общего.

Этап вербализации

Игра «Поиграем в сказку»

Воспитатель: Дети, я предлагаю вам интересную игру. Перед вами на столе лежат части одной картинке. Всем вместе вам нужно сложить из частей картинку и узнать героев сказок. Обязательное условие игры –

участвовать каждому и помогать по необходимости друг другу (дети выполняют задание. Предлагается сложить 2-3 картинки).

Коллективная работа

Рисование страхов

Воспитатель: Ребята, мы с вами уже говорили о «полезных» и «вредных» страхах. «Полезные» страхи защищают нас, охраняют наше здоровье, жизнь. От «вредных» страхов мы хотели бы избавиться, они нам мешают. Об этом мы говорили с вами на предыдущих занятиях.

Сегодня мы будем с вами страхи рисовать. Зачем рисовать страхи? Самый верный способ избавиться от страхов – нарисовать их. Если вы сможете нарисовать свой страх, а я уверена, вы обязательно сможете, вы постепенно перестанете бояться того, что сейчас вас пугает. Итак, перед вами лежат листы белой бумаги. Выполните рисунок «Чего я боюсь днем» (или «Что мне снится страшное»).

Подумайте, что вы хотите нарисовать, возьмите карандаши, и приступайте к работе. Проявите смелость, уверенность в себе, желание избавиться от своего страха, и у вас обязательно все получится. (Дети выполняют рисунки)

Воспитатель: Дети, вы закончили рисовать страхи. Покажите рисунки, если вы хотите, и расскажите, что вы нарисовали и почему. (Обсуждение рисунков при желании детей).

Сейчас мы проведем гимнастику для отдыха.

Комплекс релаксационных упражнений

(по Джекобсону – детский вариант)

Лимон. Представьте, что в левой руке у вас находится лимон, сожмите руку в кулак так сильно, чтобы из лимона начал капать сок. Еще сильнее. Еще крепче. А теперь бросьте лимон и почувствуйте, как ваша рука расслабилась, как ей приятно и спокойно. Опять сожмите лимон крепко-крепко... (3 раза каждой рукой).

Кошечки. Представьте себе, что вы – красивые пушистые кошечки. Вам очень хочется потянуться. Поднимите руки вверх, голову откиньте и_тянитесь вверх и назад. Почувствуйте сильное напряжение в мышцах рук, шеи, спины... 3 раза.

Черепашка. Вы – черепаха, вы гуляете и едите травку. Вдруг недалеко возникла опасность, и вам быстро нужно спрятать голову в плечи. Втягивайте сильно-сильно. Еще сильнее, еще глубже голова уходит в_панцирь. А теперь опустите плечи, так как опасность миновала, и_расслабьте их. Почувствуйте, как приятно расслабление и состояние покоя... 3 раза.

Слоненок. Представьте, что вы лежите на солнышке и загораете. А_теперь из-за кустов выбегает слоненок и бежит прямо на вас. Чтобы он вас не задел, напрягите живот сильно-сильно, как только можете. Еще сильнее напрягите мышцы живота. А теперь можно расслабиться, потому что слоненок пробежал мимо. Обратите внимание на приятное расслабление, которое возникает в теле после напряжения. Каким тяжелым и теплым кажется тело...

Муха. Представьте, что вам на нос села муха и вам без помощи рук нужно прогнать ее. Покрутите носом вправо и влево, наморщите его и_напрягите все мышцы лица...А теперь расслабьте лицо. Муха улетела. Почувствуйте, как состояние покоя приятно разливается по вашему лицу...

Жмурки. Вам нужно крепко зажмурить глаза, чтобы солнце не_слепило их. Крепко-крепко сожмите веки. Еще сильнее, еще крепче сильнее сжимайте веки... Но вот солнце уходит, и лицо можно расслабить... 3 раза.

Ритуал окончания занятия

Упражнение «Связующая нить»

Дети стоят в кругу и передают друг другу клубок ниток так, чтобы у_тех, кто уже держал клубок, в руках осталась нитка.

Воспитатель: Дети, передавая клубок друг другу, расскажите, что вы сейчас чувствуете, что хотите для себя и что можете пожелать другим. Я_начну: сейчас я чувствую гордость за вас, вашу смелость, уверенность и_настойчивость; я хочу пожелать себе всегда быть доброй и отзывчивой; вам хочу пожелать избавиться от своих страхов, быть жизнерадостными и_общительными. Я уверена, у вас все будет хорошо (психолог передает клубок ребенку, стоящему рядом).

Воспитатель: Ребята, вы замечательно справились сегодня с_заданиями. Мы продолжим наши занятия на следующей неделе.

Занятие_10 «Осьминог»

Программные задачи: устранение психологического напряжения и_создание положительного настроения средствами изотерапии. Формирование позитивного аффекта, связанного с получением удовольствия от самовыражения в рисовании «ладошкой». Активизация визуальных, аудиальных и кинестетических ощущений.

Материалы: пособие «Осьминог» со звёздами основных цветов на_щупальцах; магнитофон; аудиозапись «Звуки океана»; краски для рисования пальцами (можно взять гуашь + зубная паста); маленькие валики из поролона; затонированный под морское дно лист ватмана; вода для рук, салфетки.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия):

__статическая медитация «Путешествие на облаке»

Воспитатель: Ребята, встаньте в круг, возьмитесь за руки. Сегодня я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Закройте глаза и почувствуйте, как ваши ноги удобно устроились в мягких, пушистых облаках... Наши облака перенесут нас на берег моря, где нас ждёт удивительная встреча... Вот мы_и_на берегу моря... Почувствуйте приятную свежесть морской воды,

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

Отформатировано: По ширине, Узор: Нет

послушайте крик чаек, шуршание под ногами жёлтого , тёплого песка...
Открывайте глазки.

Этап вербализации

Воспитатель: Ребята, сегодня к нам в гости приплыл... Вам интересно – кто?

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морской житель к нам приплыви! (психолог достаёт игрушку осьминога)

Воспитатель: Как вы думаете, кто это? (осьминог). Давайте поздороваемся с_—ним, улыбнёмся ему и друг другу. Хотите с ним поиграть? Передавайте друг другу осьминожку и называйте ему своё имя.

На мольберт прикреплен «осьминог», прикрытый голубой тканью. Дети садятся полукругом напротив мольберта.

Воспитатель: Наш осьминог приплыл не один, а со своими подружками - морскими звёздочками (открывается осьминог на мольберте). Они разного цвета – назовите эти цвета (дети называют основные цвета).

- А теперь покажите по очереди, какого цвета сегодня ваше настроение (дети выбирают звёздочку соответствующего цвета и прикрепляют ее_—————к_—————осьминогу).

Релаксация:

Звучит релаксационная музыка «Звуки океана».

Воспитатель: А теперь закройте глаза... Представьте себе морское дно, где живут рыбы, моллюски и другие животные... Море очень богато разными животными, растениями, кораллами... Посмотрите, совсем рядом – семейство осьминогов... На голове у них восемь длинных щупалец... На_щупальцах есть маленькие присоски, которыми они захватывают пищу - рыбок, крабов, кальмаров.

Откройте глаза и ещё раз посмотрите на осьминога.

Пальчиковая гимнастика:

Психолог изображает рукой осьминога, загадывает загадку:

Ты со мною не знаком?

Я живу на дне морском,

Голова и восемь ног

Вот и весь я ... (осьминог).

- А где ваши ручки - осьминожки? (дети сидя повторяют движения руками за педагогом)

- Путешествуя по морю, осьминог осторожно и поочерёдно передвигает своими щупальцами-пальцами. Вот он встретил другого осьминога, они остановились, сначала притаились, потом улыбнулись друг другу, обнялись и пошли гулять вместе (показ руками).

Коллективная работа

Игровое упражнение «Щупальца осьминожки»

Воспитатель: Я приглашаю вас поиграть. Вы будете осьминожками, а я – взрослым осьминогом (у педагога одет пояс, к которому привязаны цветные ленты-щупальца).

Дети встают вокруг педагога и берут по концу одной ленточки.

Попробуйте почувствовать себя осьминожкой..., медленно поплывите вправо..., затем влево... присядьте.

Рисование осьминога

Воспитатель: А теперь представим и изобразим плавающих в море осьминожек. _____Согласны?

Педагог маленьким валиком с краской смачивает свою ладонь и отпечатывает «осьминога» на ватмане, поясняя, где голова, щупальца.

Глаза и ротик дорисовывает пальчиком. Приглашает детей к работе, при необходимости помогает им. Цвет краски дети выбирают по желанию.

Работу _____детей _____сопровождает _____приятная _____музыка.

Ритуал окончания занятия

Воспитатель: У нас получилось целое семейство осьминогов. Найдите самого весёлого, задумчивого, шаловливого, смешного. Они все разного

Отформатировано: Без интервала, По ширине, Отступ:
Первая строка: 0 см

цвета – у каждого своё настроение. Я думаю, с нашим осьминогом они подружатся так же, как мы дружим с вами! До свидания!

Занятие 11 «Мое настроение»

Программные задачи: учить распознавать чувства и эмоции; стимулировать их проявление; развивать наблюдательность и активность

Материал: заготовки смайлики, кисти, краски.

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): игра «Эстафета дружбы».

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие.

Воспитатель: Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет.

Индивидуальная работа "Мое настроение"

Воспитатель: Ребята, а какое у вас сегодня настроение? Веселое или грустное? А может кому то одиноко? Или кто-то обижен? Я вам предлагаю нарисовать свое настроение! Посмотрите, у меня есть вот такие смайлики, чего в них не хватает? Правильно – эмоций! Нам необходимо дорисовать смайликам улыбки или грустный ротик. Я хочу, что бы вы, на этих смайликах показали мне свое настроение. Приступайте!

Этап вербализации: проговаривание чувств

Воспитатель: Какие разные получилось у вас смайлики! Объясните почему?

Отформатировано: По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см

Отформатировано: Без интервала, По ширине, Отступ: Первая строка: 0 см

Отформатировано: Отступ: Первая строка: 0 см

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri)

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

Отформатировано: По ширине

Каждый ребенок объясняет настроение своего смайлика (при необходимости педагог предлагает исправить смайлика с грустного на _веселого)

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

Воспитатель: Вот теперь мне нравятся наши веселые смайлики! Я вам предлагаю наши работы разместить на стенде, тогда у нас получится прекрасная выставка! Спасибо вам за участие!

Дети размещают свои работы на стенде.

Занятие 12 «Волшебные узоры»

Программные задачи: монотипия – помогает в развитии умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ, снижении психоэмоционального напряжения, повышении уверенности в себе, развитии творческой личности.

Материал: листы бумаги, кисти, краски

Ход занятия:

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия): упражнение «Ладони»

Ладони «вверх» (ладони поворачиваем «вверх»)

Ладони «вниз» (ладони поворачиваем «вниз»)

Ладони «набок» (ладони ставим «стеночками»)

И сжали в кулачок (сжимаем пальчики)

Ладони вверх подняли (сжимая и разжимая пальчики, поднимаем руки вверх)

И «здравствуйте!» - сказали (дети здороваются)

Создание монотипии: игры с красками

Воспитатель: Ребята! А сегодня я хочу предложить вам порисовать уже известным вам приемом – монотипия. Вы помните, как мы рисовали? Ответы детей. Правильно, именно так мы рисовали бабочек. А сегодня, я вам

Отформатировано: Шрифт: (по умолчанию) +Основной текст (Calibri)

Отформатировано: Обычный, По левому краю, Отступ: Первая строка: 0 см, междустрочный, одинарный

предлагаю на листе бумаги попробовать создать волшебный узор. Давайте вспомним, как нужно работать в этой технике. Отчеты детей.

Воспитатель: Молодцы! Приступаем к работе!

Дети выполняют работу в технике монотипия.

Этап вербализации: использование техники активного воображения

Воспитатель: А теперь, ребята, когда наши рисунки высохли, рассмотрите их внимательно! На что они похожи? Рассмотрите рисунки друг у друга и поделитесь своими эмоциями! Чей рисунок вам нравится больше всех? А теперь давайте передадим наши рисунки соседу справа, сделаем обмен! Внимательно рассмотрите рисунок и подумайте, что можно дорисовать для того, что бы получилась картина? Попробуйте сделать это.

Дети прорисовывают детали.

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

Воспитатель: Какие разные, красивые и интересные рисунки у нас получились! Расскажите о них.

Дети рассказывают, что они увидели в этом рисунке и почему дорисовали именно эти детали.

Воспитатель: Ребята, я уверена, что нам необходимо разместить наши работы на стенде и у нас получится прекрасная выставка! Спасибо вам за участие!

Дети размещают свои работы на [ватманестенде](#).