

## **Занятие с использованием элементов арт-терапии на тему: «Сказочный лес»**

### **Введение**

Одной из важных задач модернизации российского образования является осуществление квалифицированной комплексной психолого-педагогической поддержки, включающей развивающую работу со старшими дошкольниками, профилактику поведенческих и эмоциональных нарушений.

В.С. Мухина констатирует: «Дошкольное детство – период интенсивного личностного развития ребенка, период проявления ряда психических новообразований, становления важных черт личности, это возраст формирования тех особенностей психики, которые определяют поведение детей, их отношение к окружающему миру и представляют собой фундамент личности» [1].

Развитие личности ребенка включает две стороны. «Одна из них, как отмечает Н.Д. Денисова, - состоит в том, что ребенок постепенно начинает понимать окружающий мир и осознает свое место в нем, что порождает мотивы поведения, под влиянием которых ребенок совершает те или иные поступки. Другая сторона – это развитие чувств и воли. Чувства и воля обеспечивают действенность этих мотивов, устойчивость поведения, его независимость от изменений внешних обстоятельств» [2].

Н.Д. Денисова выделяет базисные характеристики личности дошкольника: произвольность, самостоятельность, инициативность, креативность, безопасность поведения, ответственность, самосознание [2]. Их своевременное возникновение является залогом успешного развития ребенка.

Одним из самых эффективных средств развития личности дошкольника является *арт-терапия*. Основная цель арт-терапевтической работы со старшими дошкольниками состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия предполагает создание безопасных условий, способствующих самовыражению и спонтанной активности, вызывает новые способы активности и помогает их закрепить. Именно методы арт-терапии позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, танец, сказку, игру. Чувства и эмоции нередко находят выражение с помощью используемых детьми символов.

***Занятие с использованием элементов арт-терапии на тему: «Сказочный лес»*** является частью системы профилактических занятий, проводимых с детьми 5-6 лет. Занятие можно отнести к интегрированным, т.к. в нем используется комплекс арт-терапевтических техник (техника направленной визуализации,

рисования, художественного слова, телесно-ориентированная терапия, музыкальная терапия и другие). Занятие проводится в заранее оформленном зале с подгруппой детей (7 – 8 человек). Время проведения занятия – 25 минут.

**Задачи занятия:**

1. Создание эмоционально положительного настроения.
2. Сплочение детского коллектива на основе совместной продуктивной деятельности.
3. Развитие коммуникативных навыков детей в различных ситуациях общения.
4. Снятие эмоционального напряжения.
5. Развитие активного творческого воображения у старших дошкольников, побуждение детей к творчеству.
6. Профилактика эмоциональных, поведенческих нарушений.

Практическая значимость занятия состоит в том, что приведенные в нем методы работы, психологические техники могут быть полностью или частично использованы специалистами, работающими с детьми старшего дошкольного возраста.

**Оборудование и материалы:** следы, вырезанные из бумаги; макеты деревьев; пенки; большой ватман; акварельные краски, гуашь; кисти; стаканчики для воды; музыкальные аудиофайлы «Лес», «Звуки природы»; листья из бумаги различных цветов, костюм лисички.

**1. Оргмомент занятия:** Вступительное слово педагога-психолога: С каждым днем на улице становится холоднее. Однако в осеннее время нас радует разноцветье красок деревьев. Где мы можем полюбоваться ими?

*Предполагаемые ответы детей:* «В парке, в лесу».

- 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.

*(Педагог-психолог размещает атрибуты осеннего леса.)*

- 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. Чтобы попасть на самую красивую лесную поляну, нужно пройти по волшебным следам.

*Динамическая минутка «Следы». Дети проходят по следам, выложенным на полу зала.*

- Вот мы и прибыли на самую красивую полянку сказочного леса.

*Игра «Клубочек».*

- 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. *Психолог 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.

## **2. Основная часть:**

**Психолог читает стихотворение «Сказочный лес» Р. Евсеенко:**

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

*Игра-релаксация «Деревья»(выполняется под спокойную музыку).*

Психолог: Деревья, окружающие нас, очень красивы, а цветы издают изумительный аромат. Все деревья в сказочном лесу необычные, так как обладают волшебной силой. Давайте представим себя каким-нибудь деревом. Ваши ноги превратились в корни. С помощью них вы устойчиво стоите на земле. Руки стали ветвями, ветки качаются под дуновением легкого, теплого ветерка. Вы тянетесь высоко, высоко, к самому солнышку. *(После игры психолог спрашивает каждого ребенка, в какое дерево он превратился и почему.)*

*Беседа с детьми:* Ребята, а кто еще обитает в сказочном лесу? *Предполагаемые ответы детей:* Дикие животные, звери. А каких животных можно встретить в лесу? *Предполагаемые ответы детей:* зайца, волка, лисицу, белку и т.д.

*Игра «Изобрази животное».* Психолог: Давайте покажем лесных животных только при помощи мимики и жестов, не произнося слов. Каждый из вас по очереди будет изображать животное. Остальные ребята должны угадать, какое животное Вы изобразили.

*Игра «Большое животное».* Психолог: 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.

- Утомилось наше животное, уже не может быстро бежать, поэтому медленно идет. Давайте покажем наше усталое животное (тихонько, стучим ногами, делаем шаг вперед, и шаг назад). Животное спряталось за деревом и уснуло от усталости. Давайте покажем, как оно спит. Очень хорошо, молодцы.

*Арт-терапевтическая игра «Волшебное животное»* (проводится под спокойную музыку). Психолог: Ребята, в сказочном лесу живет волшебное животное! Оно очень доброе, но чуточку пугливое. Поэтому еще никому не удавалось его увидеть. Давайте вместе с вами пофантазируем, каким оно может быть? Какого размера наше животное - большое или маленькое? Какое у него телосложение - полноватое 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 полоски?

*Коллективное рисование «Волшебное животное».* Психолог: 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 психолог 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?

*Предполагаемые ответы детей: У нашего животного добрый, веселый характер. Оно живет в собственной норе. У животного много друзей: белка, лисица, волк и заяц. Наше животное любит играть, рисовать, разговаривать с другими животными.*

### **3. Подведение итогов занятия, рефлексия:**

- Ребята, вам понравилась экскурсия в сказочный лес?

- Что больше всего запомнилось и почему?

*Предполагаемые ответы детей: деревья, животные, а еще понравилось вместе рисовать животное и придумывать ему имя, характер.*

- Трудно ли вам было всем вместе рисовать одно общее животное?

- Как быстро вы смогли договориться друг с другом о том, каким будет животное?

*Предполагаемые ответы детей: Иногда было трудно договариваться, каждый хотел, чтобы у животного было имя, которое он придумал, но мы прислушивались друг к другу и смогли договориться.*

*Игровой момент: Появляется лисичка (ребенок) с разноцветным букетом листьев в руках.*

Лисичка: Ребята, благодарю Вас за то, что Вы побывали в сказочном лесу, были дружными. На прощанье я хочу Вам подарить букет из листьев (*вручает педагогу-психологу букет*).

Педагог-психолог: Спасибо, лисичка! А сейчас выберите, пожалуйста, листик того цвета, который больше всего подходит Вашему настроению на занятии.

(Дети выбирают листики.)

*Педагог-психолог комментирует выбор детей: Вы выбрали самые яркие листики, которые говорят о том, что у Вас солнечное, хорошее настроение.*

- Наше путешествие закончилось. Вернуться в детский сад нам помогут волшебные следы.

*Динамическая минутка «Следы». Дети проходят по следам, выложенным на полу зала. Убирается атрибутика леса.*

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

### **Заключение**

Разработанное мною занятие с элементами арт-терапии для детей старшего дошкольного возраста соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено по принципу развивающего обучения, учитывает индивидуальные возможности детей.

А.В. Запорожец пишет: Целью дошкольного обучения должна быть амплификация, то есть обогащение, максимальное развёртывание тех ценных качеств, по отношению к которым этот возраст наиболее восприимчив» [5]. Именно поэтому нами ставились задачи развития познавательной, личностной и эмоциональной сфер дошкольника, профилактики у них эмоциональных и поведенческих расстройств. Для эффективного взаимодействия с детьми мною применялись современные психологические методы и приемы, в основе которых арт-терапия. Комплексный подход, включающий синтез арт-терапевтических техник (техники направленной визуализации, рисования, художественного слова, телесно-ориентированной терапии, музыкальной терапии), позволил добиться реализации поставленных задач для каждого ребенка.

*Список использованных источников:*

1. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество - М.: издательский центр «Академия», 1999. – С.37-38.
2. Денисова Н.Д. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников. - В.: изд. дом Воронеж, 2012. – С.15.
3. Запорожец А.В. О значении ранних периодов детства для формирования личности ребенка // Современные проблемы дошкольного образования и педагогические технологии: сборник научных трудов. - Смоленск: СГПУ, 1998. - С.3-10.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль: Академия развития, 1996.
5. Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Академия, 2007.
6. Микляева Н.В., Микляева Ю.В. Работа педагога-психолога в ДОУ. - М.: Айрис-пресс, 2005.
7. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. - 4-е изд., стереотип. - М.: издательский центр «Академия», 1999.
8. Соколова С. Сказки из бумаги. - С.-Пб., Валерии СПб, Сфинкс СПб, 1998.
9. Субботина Л.Ю. Развитие воображения у детей. - Ярославль: Академия развития, 1996.