

**Коррекционно-развивающая программа
с использованием метода арт-терапии
эмоционально-волевой сферы детей 4-6 лет.**

Программу реализует:
Педагог – психолог
Незванова Анна Сергеевна.

Г. Красноярск

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	наименование	страница
1. целевой раздел		
1.1.	Пояснительная записка	
1.2.	Цель программы	
1.3.	Задачи программы	
1.4.	Определение арт-терапии	
1.5.	Основные принципы реализации программы	
1.6.	Методы, техники, средства	
2. Содержательный раздел		
2.1	Учебно-тематический план занятий для детей 4-6 лет	
2.2.	Содержание занятий	
2.3.	Ожидаемые результаты	
3. Организационный раздел		
3.1.	Методическое обеспечение	
3.2.	Список литературы	

1. Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка

Данная программа опирается на пособие Веприцкой Ю.Е. « Развитие внимания и эмоционально-волевой сферы детей 4-6 лет». Данная коррекционно-развивающая программа предназначена для улучшения психологического здоровья дошкольников, а именно в сферы проявления и регуляции эмоций. Мир дошкольника – это мир чувств и эмоций, мир игр и общения со сверстниками. Именно поэтому работу по обучению детей распознаванию, формированию и контролю эмоций нужно начинать со средней группы детского сада. Актуальность программы довольно высока, т.к. современный мир полон гаджетов, приложений и игр которые окружают наших детей. Сокращение детских взаимосвязей, плотное расписание секций и кружков, огромный поток информации, высокий темп жизни и занятость родителей – это не полный список того, что влияет на современных детей. Это влияние носит социальный, физиологический (на уровне нейронных связей) и психологический характер. Дети дошкольного возраста порой не могут управлять своим поведением, проявляют высокий уровень тревожности, агрессии. Дети зачастую не умеют адекватно выразить своё эмоциональное состояние. Мир вокруг детей изменился. Изменились и сами дети. Но неизменно то, что адекватное развитие ребенка происходит через игру в общении со сверстниками и проявление индивидуальности посредством творчества.

1.2.Цель программы

Целью данной программы является формирование и развитие личностных особенностей и эмоционально-волевой сферы ребенка, снятие психоэмоционального напряжения.

1.3.задачи программы

- ✓ Формировать осознанность восприятия эмоций.
- ✓ Формировать Умение регулировать свои эмоциональные состояния.
- ✓ Формировать Умение различать эмоциональные состояния других людей..
- ✓ Развитие произвольности в регуляции поведения.
- ✓ Способствовать Снятию тревожности.
- ✓ Способствовать повышению групповой сплоченности.

1.4. Определение арт-терапии

Само слово арт-терапия состоит из двух слов: «арт» - искусство, и «терапия» - лечение. Изначально арт-терапия предполагалась как метод лечения больных с выраженными эмоциональными нарушениями. Однако с течением времени рамки применения расширились и сейчас это очень распространенный метод работы, как с детьми, так и с взрослыми. Главная цель арт-терапии заключается в гармонизации психического состояния через развитие способности самовыражения и самопознания.

1.5. Основные принципы реализации программы

- Принцип субъектности (отношение к участникам процесса, как к личностям с индивидуальным набором потребностей, взглядов, установок);
- Принцип активности (всемерное вовлечение участников в процесс, предполагающее проявление ими инициативы и ответственности);
- Партнерство в терапевтических отношениях (уважение позиции ребенка, а иногда «следование» за его инициативой);
- Постоянная обратная связь;
- Интегративность (активизация и развитие в ходе занятий эмоциональных, познавательных и поведенческих аспектов личности, преодоление противоречий между чувствами, мыслями и поступками);
- Безоценочность результатов.

1.6. Методы, техники. Средства.

Методические средства работы:

- физические игры и упражнения;
- музыкальное сопровождение;
- игры на развитие навыков общения;
- рисование, кляксография;
- словесные игры;
- малоподвижные и подвижные игры
- релаксационные упражнения.

Методы и техники:

- игротерапия;
- изотерапия;
- сказкотерапия;
- Аутотренинг (с использованием стихов, записи звуков природы, релаксационной музыки);
- музыкотерапия;
- комплекс упражнений на развитие эмоционально-волевой и когнитивной сферы;

- малоподвижные и подвижные игры на снятие мышечного напряжения, эмоциональная разрядка.

2. Содержательный раздел

2.1. Учебно-тематический план занятий

Программа рассчитана для детей 4 – 6 лет, занятия проводятся 1-2 раза в неделю, форма работы – подгрупповая. Продолжительность занятия с детьми: 20 мин.

Структура занятий: Структура была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной.

Учебно-тематический план

№ п\п	Название	количество
1	Знакомство на полянке	1
2	Чудный зверек по имени Настроение.	2
3	Радостный день Настроения	2
	Наши чувства	1
4	Настроение грустит	2
5	Приручение страха	5
6	Победа над гневом	5
8	Цвета и настроения	2
9	А давайте представим	1
10	Прогулка по лесу	1
11	Полет на Марс	1
12	Привет из прошлого	1
13	Комплименты	1
14	Всего	25

2.2. Ожидаемые результаты

1. Обеспечивает снятие негативных реакций;
2. Создает эмоциональное благополучие, которое обеспечивает эффективное развитие личности каждого ребенка;
3. Способствует развитию коммуникативных навыков
4. Создает условия для развития произвольности и способности к саморегуляции;
5. Способствует развитию познавательных процессов: память, воображение, слуховое и зрительное внимание, восприятие, наглядно-образное мышление.

2.3. Содержание занятий

№ п/п	Тема занятия	Цель занятия	Содержание
1	Знакомство на полянке	Познакомить детей друг с другом. Создать доверительную атмосферу, развивать координацию, эмоциональную, когнитивную сферы ребенка.	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «поймай мяч». 3. игра «Кто в домике живет?».* 4. Диагностическое задание «Цветовой тест Люшера». 5. Ритуал окончания занятия.
2	Чудный зверек по имени Настроение.	Создавать положительный эмоциональный настрой. Продолжать знакомство детей друг с другом, развивать эмоциональную, когнитивную сферы ребенка.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о настроении. 3. Игра «Здравствуй, я Настроение».* 4. Совместное графическое задание «Настроение» 5. Ритуал окончания занятия.
3	Чудный зверек по имени Настроение.	Создавать положительный эмоциональный настрой, развивать эмоциональную, когнитивную сферы ребенка. Способствовать снятию эмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о сказках, о том какие настроения они у нас вызывают. 3. Задание «Совместная сказка» 4. Игра «Один день Настроения» 5. Ритуал окончания занятия.
4	Наши чувства	Развивать эмоциональную, когнитивную сферу ребенка, развивать способность передачи эмоциональных состояний невербальным способом.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о настроении. 3. Графическое задание «Чувство в домиках» 4. Игра «Угадай героя» 5. Ритуал окончания занятия.
5	Радостный день Настроения	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Учить детей бережному отношению друг к другу. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «радость». 3. Совместное графическое задание «Счастливый день» 4. Игра «Кто лучше разбудит» 5. Ритуал окончания занятия.

6	Радостный день Настроения	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Графическое задание «Моя радость». 3. Игра «зеркало» 4. Игра «салют» 5. Ритуал окончания занятия.
7	Настроение грустит	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «Грусть». 3. Графическое задание «грустная картина». 4. Игра «Стульчик грусти» 5. Ритуал окончания занятия.
8	Настроение грустит	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции, рассказывать о своих чувствах и переживаниях. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения	1. Ритуал начала занятия. 2. Задание «Продолжи фразу: я грущу, когда...». 3. Графическое задание «Грустные нити». 4. Игра «Хоровод»* 5. Ритуал окончания занятия.
9	Приручение страха	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа об эмоции «Страх» 3. Графическое задание «Страшный сон» 4. Задание «Куда вода, туда и сон» 5. Ритуал окончания занятия.
10	Приручение страха	Развивать умение фантазировать. Развивать умение слушать друг друга; описывать свою работу. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Сказка 3. Задание «Продолжи сказку» 4. Игра «Мой страх» 5. Ритуал окончания занятия.
11	Приручение страха	Развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться. Способствовать преодолению страхов, снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2. Графическое задание «Мой страх» 3. Игра «Страшный стул» 4. Задание «Уничтожим страх» 5. Ритуал окончания занятия.
12	Приручение	Развивать умение управлять	1. Ритуал начала занятия.

	страха	своим эмоциональным состоянием, расслабляться, рассказывать о своих чувствах и переживаниях. Способствовать преодолению страхов, снятию психоэмоционального напряжения.	2.Совместное графическое задание «Зеркало». 3.Игра «дождик» 4.Задание «дождик смоем страх» 5.Ритуал окончания занятия.
13	Приручение страха	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Способствовать преодолению страхов, снятию психоэмоционального напряжения.	1. Ритуал начала занятия. 2.Задание с пластилином «Все страхи раздавлю». 3.Игра с воздушными шарами «выгоним страх» 4.Ритуал окончания занятия.
14	Победа над гневом	Обогащать опыт детей в распознавании эмоций. Способствовать отреагированию отрицательных эмоций, снятию напряжения .	1.Ритуал начала занятия. 2.Беседа об эмоции «Гнев» 3.Игра «Зеркало» 4.Графическое задание «Рисуем злость» 5. Ритуал окончания занятия.
15	Победа над гневом	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения. Развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться.	1.Ритуал начала занятия. 2.Задание «Продолжи фразу, я злюсь, когда...». 3.Задание «Придумай конец сказки» 4.Игра «Злость догоняет» 5.Ритуал окончания занятия.
16	Победа над гневом	Обогащать опыт детей в распознавании эмоций. Способствовать отреагированию отрицательных эмоций, снятию напряжения. Развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться.	1. Ритуал начала занятия. 2.Задание - аппликация «Злое животное» 3.Игра «Правила дружбы» 4.Ритуал окончания занятий
17	Победа над гневом	Развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием. Научить ребёнка адекватным для всех способам выхода эмоций. Способствовать	1.Ритуал начала занятия. 2.Задание «Продолжи фразу, я злюсь, когда...». 3.Задание «Слепи злость» 4.Игра«Подушка-топотушка»

		снятию напряжения.	5.Ритуал окончания занятия.
18	Победа над гневом	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения, преодолению упрямства и негативизма.	1.Ритуал начала занятия. 2.Чтение сказки 3.Задание «Продолжи сказку» 4.Игра «Петухи» 5.Ритуал окончания занятия.
19	Цвета и настроения	Способствовать развитию воображения и творчества. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения, преодолению упрямства и негативизма.	1. Ритуал начала занятия. 2.Совместное графическое задание «Цветные лучики» 3.Игра «Совместная уборка» 4.Ритуал окончания занятия.
20	Цвета и настроения	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения. Создавать ситуации успеха.	1. Ритуал начала занятия. 2.Задание «Мой талисман» 3.Задание «Угадай эмоцию» 4.Ритуал окончания занятия.
22	А давайте представим	Умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться, рассказывать о своих чувствах и переживаниях. Создавать ситуации успеха.	1.Ритуал начала занятия. 2.Графическое задание «Я-волшебник». 3.Игра «Добрые волшебники» 4.Ритуал окончания занятия.
23	Прогулка по лесу	Способствовать развитию воображения и творчества. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения. Развивать умение слушать друг друга описывать свою работу.	1 Ритуал начала занятия. 2.Беседа о животных и чувствах, которые они вызывают. 3.Задание-слепи «тотемное животное» 4. Ритуал окончания занятия.
24	Полет на Марс	Развивать эмоциональную сферу, способствовать активизации внимания, сосредоточенности на совместном действии, тактильной и мышечной чувствительности.	1. Ритуал начала занятия. 2. Беседа о космосе 3. Игра в песочнице «Мы на марсе» 4. Ритуал окончания занятия.
25	Привет из прошлого	Развивать эмоциональную сферу, способность выражать эмоции.	1.Ритуал начала занятия. 2.Беседа на тему «Люди прошлых лет»

		Способствовать снятию психоэмоционального напряжения.	3.Графическое задание «Отпечаток времени» 4. Ритуал окончания занятия.
25	Обнимашки	Рефлексия, подведение итогов.	1. Ритуал начала занятия. 2.Беседа «Резюмирование знаний, эмоций» 3.Диагностическое задание «Блюдце» 4.Игра «Обнимашки» 5.Ритуал окончания занятия.

3. Организационный раздел

3.1.Методическое обеспечение

- Пособие Ю.Е. Веприцкой «Развитие внимания и эмоционально-волевой сферы детей 4-6 лет
- Пособие А.А. Воронова «Арт-терапия для дошкольников»
- Графическая методика «Кактус»
- Проективная методика «Барашек в бутылке»
- Анкета для родителей
- Анкета для педагогов

3.2. Список литературы

- 1 Громова Т.8. Страна эмоций. - М., 2002.
- 2 Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шаграева О.А Эмоциональное развитие дошкольников. - М., 2003.
- 3 Фопель К. Как научить детей сотрудничать. - М., 2001
- 4 Ю.Е. Веприцкой «Развитие внимания и эмоционально-волевой сферы детей 4-6 лет
- 5 Киселёва М.В. «Арт-терапия в работе с детьми». – СПб., 2008
- 6 Е.Ю. Новиченкова «Кризисы детского возраста. Формируем здоровую самооценку». – Ростов-на-Дону, 2015
- 7 Кузуб Н.В. Осипук Э.И. «В гостях у песочной феи». – СПб., 2011
- 8 Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. « Лабиринт души: терапевтические сказки» – СПб., 2015
- 9 А.А. Воронова «Арт-терапия для дошкольников». - М., 2018
- 10 А.М. Шевченко «Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых». – М., 2016