Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение – детский сад комбинированного вида №3

Барабинского района Новосибирской области

**Районное методическое объединение**

воспитателей старших и подготовительных групп

форма проведения: педагогическая мастерская

 **«Реализация образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»**

# Психологический тренинг для педагогов

#  «Художественно-эстетическое развитие дошкольников

# как условие для создания психологического

#  здоровья воспитателей»

**Ященко Г.Г.,**

педагог - психолог

Барабинск, 2019

Воспитатель всегда должен помнить, что не бывает двух одинаковых детей, что каждый ребенок – это личность, к которому нужно найти свой уникальный творческий подход.

Огромную роль в развития личности, играет искусство. Поэтому ознакомление с различными видами искусства, являются неотъемлемой частью художественно-эстетического воспитания, которое способствует обогащению чувственного опыта, эмоциональной сферы личности и выступает как условие для создания психологического здоровья детей и воспитателей.

«Разноцветный окрас» жизнь ребенка приобретает под влиянием образца взрослого, поэтому очень важно развивать творческие способности в **личности воспитателя**, чтобы воспитать интересную и разностороннюю личность в ребенке.

Хочу представить вам **психологические** направления работы  **по художественно-эстетическому развитию детей и** создание условий для психологического здоровья воспитателей.

**Приветствие бумажными ладошками.**

Перед вами лист бумаги, ваша задача нарисовать и вырезать свою ладошку. Используя ладошку **неординарно** поздороваться с членами группы.

**Упражнение-разминка “Карандаши” (встаньте в круг)**

Суть упражнения состоит в удержании карандашей, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников.

Встаньте в свободный круг *(расстояние между соседями 50-60 см)*, карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.

Вытянуть руки вперед, отвести назад.

Сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед *(сужение и расширение круга)*.

Присесть, встать.

Если каждый участник будет думать только о своих действиях, то упражнение практически невыполнимо. Необходимо строить свои действия с учетом движений партнеров.

**Упражнение “Звуковая гимнастика” (встаньте в круг)**

Человек в течение жизни сталкивается с трудными в эмоциональном отношении ситуациями и вырабатывает собственные, “авторские” приемы восстановления.

Прежде чем приступить к звуковой гимнастике, успокойтесь, расслабьтесь, стоя с выпрямленной спиной.

Сначала делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично поизносим звук.

выдох со зв. А – воздействует благотворно на весь организм;

выдох со зв. И – воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

выдох со зв. О – воздействует на сердце, легкие;

выдох со зв. Я – воздействует на работу всего организма;

выдох со слогом ХА – помогает повысить настроение.

 **Упражнение «Мои ассоциации»**

Назовите черты характера, присущие творческим людям, расшифруйте понятие «творческая личность».

Упражнение называется **«Мои ассоциации».** Подумайте и нарисуйте то, с чем вы ассоциируете творческую личность.

Это может быть объект живой или неживой природы.

Объясните свой рисунок.

В настоящее время педагогам предоставлен разнообразный выбор игр, упражнений, этюдов для развития **креативного мышления**. С самыми распространенными предлагаю познакомиться.

 **Необыкновенное дерево**

**Цель**: стимулирует творчество в изобразительной деятельности.

Нарисуйте необыкновенное дерево. Не такое, как в жизни, а сказочное, волшебное, фантастическое.

 **Фантастические гипотезы «Что произойдет?»**

**Цель:** развивает творческое воображение и теоретическое мышление.

Что произойдет….

* если все взрослые на земле станут детьми?
* если животные начнут говорить человеческим голосом?
* если оживут все сказочные герои?
* если люди смогут читать все мысли друг друга?
* Если у тебя вырастут крылья?

 **История старого чайника**

**Цель:** развивает воображение при составлении истории на заданную тему. Придумайте различные истории на тему:

«Что может поведать о своей жизни старый чайник?»

**Упражнение «Как быть?»**

**Цель**: развитие воображения, мышления.

Инструкция: Реши проблемные ситуации различными способами.

* Как можно укрыться от дождя?
* Как можно перебраться через реку?
* Как можно сообщить новость другу?
* Как можно изобразить пляж, полный отдыхающих, если людей рисовать нельзя?

Предлагаю вашему вниманию несколько вариантов работы, чтобы помочь ребенку (или взрослому) в преодолении **страхов,** эмоциональных расстройств **через художественное творчество.**

 Упражнение ***«Воспитай свой страх»***.

- Я предлагаю ребенку нарисовать свой страх, предварительно с ним побеседовав. После того, как рисунок готов, предлагаю перевоспитать страшилку *(для этого нужно сделать его добрым)*.

Вместе мы придумываем, как это сделать:

пририсовываем шары, конфеты в руках у страшилки;

исправляем злое выражение лица на доброе, улыбчивое;

одеваем страшилку в нарядный, веселый костюм – и другие веселые атрибуты.

- Благодаря этому упражнению ребенок убеждается в том, что страх относителен, с ним можно справиться, **изменив его или свое отношение к этому страху.**

 Упражнение ***«Одень страшилку»***.

- Это упражнение также дает детям возможность поработать с предметом своего страха, а педагогу – провести его коррекцию.

Я приготовила черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: Бабы-Яги, привидения и т. п.

 ***«Оденьте его»*** при помощи пластилина. Выбирая пластилин нужного цвета, отрывая маленькие кусочки и размазывая их внутри контура, ребенок ***«одевает»*** своего страшилку, рассказывает о нем группе.

Во время рассказа я стимулирую его своими вопросами.

Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто боится его и т. п.

- *Таких вариантов упражнений может быть множество. Главное в них – это помочь детям в проявлении осознанных чувств по отношению к предмету страха, научить его справляться с ним.*

Я хочу рассказать вам как избавляться от негативных чувств и настроений, научиться управлять эмоциями, контролировать свое поведение. Для этого

 хорошо использовать **игровые приёмы.**

Пособие ***«Мешочек для крика»***. У меня этот мешок сшит из красной, непрозрачной ткани, украшен различными аппликациями, сверху пришит шнурок.

- Итак, если ребенок агрессивен, дерётся, кричит, можно дать ему мешочек, и предложить отойти в сторонку и громко покричать в мешок. Затем волшебный мешочек завязывается и убирается.

**Ребёнку даётся установка**, пока мешочек у него, можно кричать столько, сколько захочешь, но если мешочек отпустил, то общаться с окружающими он должен спокойно, обсуждая то, что произошло.

Уважаемые коллеги, сейчас мы с вами выполним упражнение ***«Мусорное ведро»***. *(Ведро ставится в центр круга)*.

- Как вы думаете, для чего люди используют мусорное ведро и зачем нужно всё время очищать его от мусора?

- Правильно, если мы не будем избавляться от мусора, то постепенно займёт все пространство, будет трудно дышать, тяжело будет двигаться, в конце концов так можно и заболеть.

- Я принесла вам бумагу разных цветов. Выберите себе любой цвет. Держа в руках бумажный лист, закройте на минуту глаза и представьте, что это ваши старые обиды, грусть, печаль, может злость или страхи…

Можете смять их в комки или порвать на маленькие кусочки. Теперь выбросите в ведро все неприятные чувства, переживания, которые в вас накопились, и вы хотели бы от них освободиться.

*К примеру, я выбрасываю все свои опасения, комплексы и неуверенность, и мне становится легче.*

*- Что вы чувствовали, когда выбрасывали ваши обиды, грусть, гнев?*

 *Что вы чувствуете сейчас?*

*Кому сейчас стало легче, радостнее, спокойнее?*

Использование инновационных методик, приемов и технологий в развитии художественно-эстетического направления оказывают положительное влияние на психологическое здоровье ребенка и воспитателя.

Существует большое количество **арт-терапевтических техник**.

К одному из основных видов арт-терапии относится рисование – это творческий процесс, позволяющий ребенку и взрослому ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, свободно выражать мечты и надежды.

 **Арт-терапия** в переводе с греко-латинского – лечение искусством.

Рассмотрим некоторые из них.

 **Упражнение «Рисунок настроения»**

– Перед тем как мы приступим, я прошу вас описать своё состояние на данный момент.

- Теперь настроение, которое у вас сейчас, перенесите на листок бумаги с помощью цвета. Не старайтесь изображать сюжет, а просто отпустите свою руку и берите те краски, к которым она потянется. Вольно кладите их на лист - ограничений нет, всё позволительно.

После того как рисунок завершён, походите с ним и поищите партнёра по рисунку.

**Цель педагога в художественно-эстетическом развитии дошкольников — формирование у них эстетического идеала и художественного вкуса, а также способности к творчеству.**

Для создания позитивного настроения, сплочение группы **упражнение «Доброе животное»**

Встаньте в круг и возьмитесь за руки.

Мы – одно большое, доброе животное.

Давайте послушаем, как оно дышит.

 А теперь подышим вместе.

*Вдох – делаем шаг вперед. Выдох – шаг назад.*

Наше животное дышит очень ровно и спокойно.

А теперь давайте изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. *Стук – шаг вперед, стук-шаг назад и т. п.*

Очень хорошо!

Одним из условий создания психологического здоровья художественно-эстетического направления является **изучение характеристики цвета.**

Цвет воздействует на нас сразу на нескольких направлениях: на физическом уровне, на **психологическом**.

Все спектральные цвета тем или иным образом влияют на функциональные системы человека.

Оранжевый - тонизирующий; действует в том же направлении, что и красный, но слабее; ускоряет пульсацию крови, улучшает пищеварение.

Красный - победоносный цвет характеризующейся чрезмерной активностью, целеустремленностью, жесткостью и даже агрессивностью.

Желтый  - цвет лета, солнца и тепла положительно влияет на мозговую деятельность, способствует повышению настроения и заставляет работать воображение.

 Зеленый - символом весны, перерождения и душевного покоя. Длительное созерцание на зеленый несет в себе рассеянность и скуку.

Синий - человеку свойственно погружаться в раздумья, размышлять о смысле жизни и вечном.

Зная характеристику цветов, можно провести диагностику. Это поможет выявить характер личности, проблемы которые беспокоят ребенка и совместно с родителями найти пути их решения.

 **упражнение «Цвет эмоций»**

Выбираем водящего. Водящий закрывает глаза, а остальные участники задумывают тихонько между собой какой-нибудь цвет, для начала лучше один из основных: **красный, зеленый, синий, желтый**. Когда водящий откроет глаза, все участники своим поведением, в первую очередь, эмоциональным состоянием, пытаются изобразить этот цвет, не называя его, а водящий должен отгадать, что это за цвет. Все понятно?

Коллективное художественное творчество формирует способности общаться друг с другом, способствуют более свободному общению ребенка с взрослыми, помогает быстрее наладить диалог, снизить конфликтность, агрессивность.

 **«Проективный рисунок по кругу»**

**Инструкция:** нарисовать коллективный портрет группы, причем каждый участник рисует по очереди только два элемента. Затем участники подбирают оригинальное название коллективной работе.

**Упражнение «Пожелания»**

Передайте свою ладошку соседу (по очереди все напишут друг другу пожелания и передадут ладошки по кругу).

Помните, что вас любят и ценят. Когда будет плохое настроение прочитайте пожелания ваших друзей и не забывайте творить, чтобы ваша жизнь была интересной и неординарной. Успехов вам и вдохновения.

-А сейчас помашите своей ладошкой. До свидания!

**Рефлексия.**

Изобрази в цвете свое настроение и приклей к групповой картине ответив на вопрос

– На занятии мне понравилось…