Методический поезд постконкурсного движения

«Некоуз-Брейтово-Мышкин»

Мастер-класс: «Без тревоги в детский сад»

4.04.2017-5.04.2017

**Мастер-класс**

**«Без тревоги в детский сад»**

© Аскерова Аида Усмановна,

воспитатель

МДОУ Некоузского детского сада №3

**Слайд 1** Организационный момент, сообщение темы мастер - класса

- Добрый день, уважаемые коллеги!

- Я рада вас приветствовать на мастер – классе темой которого является «Арт-терапия как способ снятия тревожности у детей раннего возраста».

**Слайд 2**

**Цель:** знакомство с арт-терапией как способом профилактики тревожности детей раннего возраста.

# Задачи:

* раскрыть понятие «тревожность», арт- терапия;
* показать продуктивные приёмы работы.

**Слайд 3** Начнем нашу работу со слов немецкого педагога Дистерверга

«Развитие и образование ни одному человеку не могут быть даны или сообщены. Всякий, кто желает к ним приобщиться, должен достигнуть этого собственной деятельностью…»

Моё предложение – Давайте вместе приобщаться к новым знаниям .

На первый взгляд, эта тема не связана с работой воспитателя. Вы можете сказать, что эта работа психолога.

Уважаемые коллеги, мне бы хотелось услышать ваши ожидания от предстоящего мастер-класса. (2-3 ответа).

Я надеюсь, что в ходе мастер-класса все ваши ожидания оправдаются.

**Слайд 4**

**Актуальность темы обусловлена:**

По данным исследователей в области психологии, можно сказать , что в последнее 10-летие увеличивается количество детей, которые отличаются повышенным беспокойством и эмоциональной неустойчивостью, вследствие чего проблема эмоциональных нарушений и своевременная ее коррекция, становится актуальной, так как одной из базовых ценностей ФГОС ДО является поддержание и укрепление всех компонентов здоровья каждого малыша.

**Слайд 5**

**Так что же такое тревожность?**

В ряду различных психических состояний феномен тревожности обозначен на английском языке термином «anxiety», что переводится на русский как «беспокойство», «тревога».

**Слайд 6**

Проблема тревожности привлекала внимание многих учёных. Среди них отметим труды Анны Михайловны Прихожан, Чарльза Спилбергера, Карен Хорни.

**Слайд 7** Под тревожностью мы будем понимать следующее определение, данное Александром Октябриновичем Прохоровым:

Понятием «тревожность» обозначают состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску, не является устойчивой чертой характера, обратима при проведении соответствующих мероприятий.

**Слайд 8** Ч. Спилбергер выделяет два вида тревожности: личностная и ситуативная .

**Личностная тревожность**

**Ситуативная тревожность**

В раннем возрасте проявляется в основном ситуативная тревожность.

**Слайд 9** Признаками тревожности является, неуверенность в себе, робость, агрессия направленная на других, замкнутость, фантазии отходящие от реальности.

**Слайд 10** Основными причинами возникновения тревожности у детей является:

* завышенные требования со стороны взрослых,
* частые упреки
* излишняя строгость родителей
* открытые посылы и частые угрозы
* недоверие ребенку, отдаленность родителей
* отсутствие привязанности внутри семьи
* превалирование авторитарного стиля общения

А для детей раннего возраста это ещё и новая обстановка, в которой они оказываются в период адаптации.

Уважаемая фокус-группа!

* Встречаются ли в вашей практике работы тревожные дети?

Что вы делаете, когда ребенок проявляет тревожность? (2-3 ответа)

В своей практике, я не стала исключением и столкнулась с проблемой тревожного поведения у детей уже в раннем возрасте. Зная о том, что любое негативное проявление быстро закрепляется в поведении, поняла, что необходимо искать приемы, которые помогут снять тревожность в каждый конкретный момент и будут профилактикой для дальнейшего поведения.

Одним из ведущих направлений, используемых в педагогической практике для снятия симптомов тревожности, считается арт-терапия.

# Итак, что такое арт-терапия?

# Уважаемая фокус-группа, постарайтесь, пожалуйста, ответить на этот вопрос двумя-тремя словами

**Слайд 11** Термин «арт-терапия» был введен Адрианом Хиллом в 1938 г.

Арт-терапия (лат. ars — искусство, греч. therapeia — лечение) представляет собой методику лечения при помощи художественного творчества.

На мой взгляд, очень точное определение арт-терапии даёт Ирина Владимировна Сусанина: «Арт-терапия — это область, которая использует невербальный язык искусства для развития личности…»

Арт- терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных способов снятия эмоциональных нарушений.

При этом специальных знаний не требуется. Арт-терапевтические занятия можно рассматривать как одну из инновационных форм работы с детьми.

**Слайд 12 Основная цель арт-терапии** состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Она дает возможность любому человеку выразить свой внутренний мир через творчество.

# Современная арт-терапия насчитывает большое количество видов методик. ( Виды арт-терапии)

# Слайд 13 -- изотерапия

# 2) игротерапия

# 3) фототерапия

# Слайд 14 - песочная терапия

# 

# Слайд 15

# цветотерапия

# Слайд 16 -- сказкотерапия

# танцевальная терапия

# музыкотерапия

# Слайд 17

# Очень важно отметить, что арт-терапия не имеет противопоказаний и ограничений!!!

Нужно отметить высокую эффективность арт-терапии при работе с детьми.

Арт-терапия не требует художественных навыков или способностей к изобразительному искусству, поэтому каждый ребенок может участвовать в этой работе. Любое творческое занятие благотворно влияет на внутренний мир ребенка. Развитие происходит в деятельности, что лежит в основе арт-терапевтического воздействия.

Лучше всего проводить работу в системе, что дает положительную динамику. Совсем не обязательно дожидаться проявления тревожности. Наша задача – научить ребенка справляться со своими эмоциями.

# Слайд 18

# Положительные результаты, к которым мы приходим в результате применения арт-терапии:

# - гармонизация эмоционального состояния детей;

# - раскрытие творческого потенциала;

# - способствование предпосылок формирования самооценки;

# - развитие коммуникативных способностей.

При помощи качественного анализа удалось проследить динамику снижения уровня тревожности, доказать эффективность применения арт-терапии. Важным практическим результатом является его профилактическое значение, так как обнаружено значительное улучшение эмоционального тонуса, самочувствия, активности у детей.

Положения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования акцент делают на создании наиболее благоприятных для ребенка условий, где особое внимание уделяется условиям взаимодействия педагога и ребенка. А применение арт-терапии как нельзя лучше способствуют этому.

Предлагаю вам несколько упражнений, которые использую в своей работе .

**Минутка вхождения в день. Эмоциональный настрой.**

**Цель:** развитие коммуникативных способностей; гармонизация эмоционального состояния детей.

Здравствуй солнце золотое!

Здравствуй небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дружок!

Здравствуй утро, здравствуй день!

Нам здороваться не лень.

**Дыхательная гимнастика**

**Цели:** формирование углубленного вдоха; тренировка правильного носового дыхания.

Оборудование: цветок.

          Здравствуй, милый мой цветок.

           Улыбнулся ветерок.

           Солнце лучиком играя,

           Целый день тебя ласкает.

  Воспитатель показывает правильное выполнение упражнения: глубокий вдох при спокойно сомкнутых губах и выдох.

  Повторить 4-5 раз.

**Упражнение « Танцующие бабочки»**

**танцевальная терапия** - использование танца и движения как процесса, способствующего интеграции эмоционального и физического состояния личности. Планируемый результат – развитие навыков саморегуляции своего психологического состояния, снижение тревожности.

**Подвижная игра «Солнечные зайчики».**

Мы солнечные зайчики

Озорной народ.

Мы с солнышком-веселнышком

Водим хоровод.

То побежим, то спрячемся

Нас просто не унять.

Эй, солнышко-веселнышко,

Попробуй нас догнать!

**Изотерапия**  
  
Подробнее остановимся на одном из наиболее распространенных видов арт-терапии**.**В данном случае воздействие на развитие ребёнка осуществляется посредством изобразительной деятельности (рисование)  
  
**Рисование**— это творческий акт, позволяющий ребёнку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию, быть самим собой, сво­бодно выражать мечты и надежды. Рисуя, ребёнок даёт выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и болез­ненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами.  
  
**Условия успешного проведения изотерапии**  
  
Перечислим условия подбора техник и приёмов создания изображений, от которых зависит успешность арттерапевтического процесса с детьми:  
Условие 1. Техники и приёмы должны подбираться по принципу простоты и эффектности.  
Ребёнок не должен испытывать затруднения при создании изоб­ражения с помощью предлагаемой техники.

Любые усилия в ходе ра­боты должны быть интересны, оригинальны, приятны ребёнку.  
  
Условие 2. Интересными и привлекательными должны быть и процесс создания изображения, и результат.  
  
Условие 3. Изобразительные техники и приёмы должны быть интересны ребёнку.  
Мы вам покажем один из приёмов изотерапии-это

**Рисование пальцами или пальчиковое рисование.**

**Рисование пальчиковыми красками «Весёлые пузырьки**»

Даже никогда не рисовав пальцами, можно представить особен­ные тактильные ощущения, которые испытывает ребёнок, когда опускает палец в гуашь — плотную, но мягкую, размешивает краску в ба­ночке, подцепляет некоторое количество, переносит на бумагу и

оставляет первый мазок.  
  
Ценность рисования пальчиками   заключается в свободе от двигательных ограничений.  
Это разрешённая игра с грязью и ребёнок незаметно для себя, может ос­мелиться на действия, которых обычно не совершает, так как опаса­ется, не желает или не считает возможным нарушать правила.