**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад № 30 «Зоренька»**

**Методическая разработка занятия с элементами арт – терапии «Волшебная страна чувств»**

**Автор: педагог – психолог**

**Норик Мария Леонидовна**

**2021 г.**

**п. Каменоломни**

**«Волшебная страна чувств»**

Дети везде рисуют:
 На асфальте, песке и в альбоме,
 Они ничем не рискуют,
 Рисуя на стенах в доме.

 Чем хочешь дети рисуют:
 Фломастером, палочкой, кистью,
 Как в вальсе мелки танцуют,
 Карандаш живет собственной жизнью.

 Дети всегда рисуют...
 И взрослые точно знают,
 Что дети ни с кем не флиртуют -
 В рисунках себя выражают.

Как только ребенок берет в руки кисточку он высвобождает свое подсознание. В итоге получа­ется исцеление через самовыра­жение творческого потенциала. Рассматривая методы работы с детьми,
арт-терапия является одним из самых действенных способов. Выражение себя через искусство является безболезненным способом выражения чувств. Арт-терапия не имеет ни ограничений, ни противопоказаний, являясь безопасным методом снятия напряжения. Это естественный путь исцеления, когда негативные эмоции преобразуются в позитивные. Арт-терапевтические занятия придают сил, уверенности, могут помочь найти выход из сложной ситуации.

**Цели:**

* Создать положительный эмоциональный настрой.
* Прикоснуться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким – либо причинам затруднительно обсуждать вербально.

**Задачи:**

* Предоставить возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме. Работа над рисунками, картинками, скульптурами – безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций (К. Рудестам). Позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять.
* Развить чувство внутреннего контроля. Арт - терапевтические занятия создают условия для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями, стимулируют развитие сенсомоторных умений и в целом правого полушария головного мозга, отвечающих за интуицию и ориентацию в пространстве.
* Способствовать творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом.
* Повысить адаптационные способности ребенка к повседневной жизни и школе.
* Снизить утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением.

**Занятие длительностью 30 мин.**

**Оборудование:**

* видео «Звуки природы. Живой лес»;
* презентация «Волшебная страна чувств»;

**Необходимые материалы:**

* бумага для акварели формат А3;
* цветной песок;
* клей в тюбиках ПВА;
* краски гуашь, кисти;
* миски для песка, ложечки.

План – конспект занятия.

1. **Знакомство.**

Добрый день дорогие ребята!!!!

Сейчас я очень хочу с вами познакомиться, и предлагаю сделать это следующим образом,

назовите свое имя и покажите какие вы сегодня, показать можно любым способом, но чтобы было понятно в каком вы настроении.

1. **Игра «кто я?»**

Ведущий предлагает участникам вспомнить и записать трех любимых сказочных героев.

Интерпретация. Ведущий дает толкование сказочным героям по порядку:

* Что вы думаете о себе;
* Что другие думают о вас;
* Кто вы есть на самом деле.

Каждый участник по кругу рассказывает, что у него получилось: «Я думаю, что я…, Другие думают, что я…,На самом деле я…».

1. Ну что ж, я думаю что мы с вами достаточно познакомились….и теперь я хочу позвать вас с собой в волшебную страну….но это страна не простая…она находится в каждом из вас…в ней так же живут жители…они такие же не обычные – называют их чувства…..страна эта – Наш внутренний мир.

Кто такие чувства? ….

Чувства это – наше состояние, злость, радость, обида, счастье))))

Давайте с вами поиграем в игру ассоциации, все знают правила игры?

 **Игра «Чувства и ассоциации»**

Я буду показывать картинки с чувствами, **Галерея эмоций. Слайд 2, 3**

 ( включается презентация) а вы подбираете ассоциации, сравнивая чувства с различными предметами или явлениями. Можно предлагать подбирать ассоциации на самые разные темы: погода, растения и др.

1. Сейчас я предлагаю вам погрузиться в свой внутренний мир…попробуйте проследить какие чувства будут у вас возникать…

**Включается видео «Звуки природы. Живой лес».**

1. Теперь когда вы побывали в своей волшебной стране, я хочу предложить вам ее нарисовать используя клей, цветной песок который у вас на столе и краски.

Ребята расскажите о своих рисунках. Что вы нарисовали? Какие чувства вы испытывали во время работы над ним? Вам нравится ваша работа? Какая часть нравится больше, и почему? Какая меньше?

 **Рефлексия**: Сегодня мы с вами побывали в волшебной стране, которая находится в каждом из нас и в которой живут такие разные жители как чувства – радость, удивление, грусть, злость, обида и другие.

Глядя на ваши рисунки, скажите пожалуйста как вам ваша страна? Что нового вы сегодня узнали? С какими чувствами познакомились? Что понравилось?

И на последок, помните как в самом начале занятия вы показывали какие вы сегодня пришли? Я хочу вас попросить показать, какие вы после занятия, какое настроение? Чувства?

Отлично!!!Я рада была такому чудесному путешествию в волшебную страну вместе с вами!!!!