

# ИНТЕГРИРОВАННОЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЕ ЗАНЯТИЕ «РАЗНОЦВЕТНЫЕ ЭМОЦИИ», С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИКТ, АРТ- ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДИК, ЭЛЕМЕНТОВ ТЕЛЕСНО – ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ

*Д.Н. Кудрикова*  
*педагог – психолог МБОУ «Лицей № 10» г. Белгорода*  
*dahen1@mail.ru*  
*Ю.Б. Новикова*  
*учитель изобразительного искусства МБОУ «Лицей № 10» г. Белгорода,*  
*А.В. Родиневич*  
*социальный педагог МБОУ «Лицей № 10» г. Белгорода*  
*aniyta180209@rambler.ru*

## Литература:

1. Андреева, А. А. Арт-терапия в работе с эмоциональной сферой младших школьников // Педагогическое мастерство: материалы VI Международной научной конференции (г. Москва, июнь 2015 г.). — М.: Буки-Веди, 2015. — С. 87-89. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/151/8136/> (дата обращения 15.03.2019).
2. Астапов, В.М. Дети с нарушениями развития / Сост. Астапов. В.М. - М., 1995. - 230с.
3. Зыков, О.В. Трудные дети: чьи они? // Социальная профилактика и здоровье, 2003. - № 1. - С.10-15.
4. Самсонова, А.А Социально – педагогическая работа с детьми «группы риска» в учебно – воспитательном процессе общеобразовательной школы // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XX междунар. студ. науч.-практ. конф. № 5(20). URL: [http://sibac.info/archive/guman/5\(20\).pdf](http://sibac.info/archive/guman/5(20).pdf) (дата обращения: 18.03.2019)

В настоящее время, в век инновационных технологий, гаджетов, виртуального общения, первоочередной задачей педагогов становится организация воспитательной, внеурочной деятельности учащихся таким образом, чтобы способствовать развитию эмоционально – волевой сферы, конструктивной коммуникации, навыкам взаимодействия и пониманию самого себя, своих чувств и эмоций. Становится необходимым создать для детей условия, в которых они смогут не только нравственно развиваться, но и развивать навыки вербального и невербального общения, понимания друг друга, стабилизировать эмоциональный фон, что является особенно важным при работе узких специалистов (психологов, социальных педагогов) с детьми группы социального риска, которые, как правило, имеют сниженные адаптационные возможности, а также трудности коммуникативного характера.

Именно с целью выявления, профилактики и помощи в межличностных, эмоциональных и детско – родительских отношениях, специалистами нашего лицея педагогом-психологом, социальным педагогом и учителем изобразительного искусства была разработана серия

интегрированных коррекционно – развивающих занятий, одно из которых представлено ниже. Во время такого рода занятий, за счет эффекта «мозгового штурма» и нетрадиционной форме, многие дети рассказывают о тех страхах и ситуациях, которые их тревожат, что является важным сигналом для классного руководителя, психолога, социального педагога и конечно родителей. В школе дети выполняют ряд школьных требований, обладают определенными обязанностями и правами, которые оценивает классный руководитель, класс, родитель. И как следствие, порождает у ребенка определенные чувства: радость, гнев, удовлетворение, стыд, огорчение, тревожность, недовольство собой, переживание. Неудачи в последствии приводят к чувствам раздражения по отношению к окружающему миру, недоброжелательность, конфликтность, агрессивность и т. д. Необходимо помочь ребенку, чтобы неудачи не носили длительный характер. В тоже время краткосрочные неудачи приводят обычно к возникновению острого желания занять в классе или коллективе, или даже дома достойное место, вызывают стремление учиться лучше, чтобы добиться определенного успеха.

С момента, поступления ребенка в школу, его эмоциональное развитие во многом зависит от окружающих, посторонних людей и от того социального опыта, который он приобретает вне дома, общаясь с социумом. Арт-терапия, является эффективным средством коррекции и профилактики эмоциональной сферы в младшем школьном возрасте. Коррекция предполагает особую социально-психолого-педагогическую деятельность, направленную на создание наиболее синтетических условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной социально-педагогической и психологической помощи. Основной целью арт-терапии является гармонизация развития личности через развитие творческих способностей, самовыражения и самопознания ребенка через искусство, тело, музыку. На современном этапе в практику социально-психологической диагностики, профилактики и коррекции прочно вошла рисуночная терапия.

**Цель занятия** помочь ребёнку посредством арт-терапии справиться с проблемами, вызывающими у него эмоции, которые зачастую он не может обсудить словесно, а заодно дать выход творческой энергии. Ребёнок вооружается одним из доступных и приятных для него способов снятия эмоционального напряжения - рисованием. Процесс рисования выполняет профилактическую и терапевтическую функции, приводя в баланс внутреннее состояние физических, психических и эмоциональных качеств в развитии ребёнка, и в этом процессе «ведущий» сам ребёнок, то есть вмешательство взрослого в процесс рисования минимально (всего-то озвучивать задание рисунка). Дети в процессе творчества выражают свои мысли, чувства, настроения, выплёскивая их в виде рисунка на бумагу. Работа на занятии педагогом выстраивается таким образом, что личность и характер ребенка не обсуждаются, его не сравнивают с другими детьми, в

общении не применяются негативные оценочные суждения. Это способствует снятию внутреннего напряжения ребёнка.

**Задачи:**

- научить понимать и различать основные базовые эмоции;
- научить понимать причину возникновения эмоций;
- научить отслеживать и анализировать своё эмоциональное состояние.

**Оборудование:**

- бумага А4;
- цветные карандаши, фломастеры, мелки
- карточки «Чувства и эмоции».

**Форма:** игра, творческое занятие, беседа.

**Методы:** диалог, индивидуальная творческая деятельность.

**Материалы для занятия:** альбомные листы, фломастеры и карандаши, зеркала, мультимедийное оборудование

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

Здравствуйте, ребята! Мы очень рады видеть вас на нашем занятии. Сейчас мы с вами посмотрим отрывок из мультфильма и определим тему нашего занятия.

*Просмотр мультфильма «Головоломка»*

Вы посмотрели отрывок из мультфильма, в котором представлена одна из жизненных ситуаций. Персонажи мультфильма испытывают кратковременное переживание. Как вы думаете что это? Как можно назвать данное переживание одним словом?

Тема нашего занятия «Разноцветные эмоции». Ребята, как вы уже поняли, наши чувства не возникают просто так. Для того чтобы мы начали радоваться или огорчаться, должно что-то произойти. Эмоции играют важную роль в жизни человека. Они являются частью коммуникации, помогают человеку выражать свое отношение к происходящим вокруг событиям. Человеческой природе присущи разнообразные эмоции. Что же влияет на наши эмоции. Давайте попробуем с этим разобраться.

*Промотор отрывка из мультфильма*

*(гнев, радость, страх, брезгливость, печаль)*

- Скажите пожалуйста, вы когда-нибудь встречались с такой эмоцией? Давайте по очереди вспомним хотя бы одну ситуацию, где вы испытывали ГНЕВ.

Следующая эмоция радость

- Молодцы, спасибо. Следующая эмоция печаль

- Мы разобрали ситуации, при которых у нас возникают определенные эмоции. А как же понять по внешнему виду, какую эмоцию человек испытывает?

Упражнение с зеркалом.

**Цель:** стабилизация положительно окрашенного эмоционального фона, фиксация положительных эмоций с использованием элементов телесно – ориентированной терапии.

**Инструкция:** Ребята, перед вами зеркала. Все задания мы будем выполнять, глядя на свое отражение.

Посмотрите в зеркало и поздоровайтесь с собой, называя себя ласково (привет, Машуля, доброе утро Димочка), а теперь с соседом по парте.

Кому известно что такое пантомима? Мимика? Правильно, это проявление своих эмоций без использования речи и слов.

Сейчас, я попрошу вас изобразить без слов свое настроение в следующих ситуациях:

- Вы в кинотеатре смотрите комедию;
- Проснулись утром в свой день рождения;
- Играете с друзьями;
- получили 5 за контрольную;
- прошли высокий уровень в игре;

Предложите свои ситуации (4-5 ситуаций).

А сейчас, мы с вами выполним одно упражнение, которое потребует от вас небольших усилий: я засекаю 2 минуты и вы в течение этого времени улыбаетесь, готовы? Начали!

### Обсуждение

Скажите, вам понравилось это упражнение? что не понравилось? Что было сложным? Что чувствовали во время выполнения заданий? А что чувствуете сейчас?

### **Упражнение «цветные эмоции»**

Подумайте и скажите, если бы эмоции имели свой цвет, то какого цвета была бы радость? А грусть? У каждого из вас определенная эмоция может быть своего цвета, это зависит от того как вы эту эмоцию чувствуете.

А теперь попробуйте нарисовать свое сегодняшнее настроение. Для этого закройте свои глаза и вспомните, что с вами сегодня происходило, что было хорошего, что может быть не очень хорошее. Какие чувства у вас возникали. Вспомнили? А теперь открывайте глаза, возьмите карандаши и только с помощью цвета попробуйте нарисовать ваше настроение.

### **Подведение итогов.**

Вот и подходит к концу наше занятие, скажите, какие выводы можно сделать? Какие чувства вы испытываете сейчас? С каким настроением уходите?