ОГКОУ «Центр ППМС «Доверие»

**Выступление на тему:**

**«Применение современных технологий на занятиях внеурочной деятельности «Арт – терапия» «Гармония»»**

**Подготовила:**

**педагог-психолог**

**Лоскутова Н.В.**

2024г.

Мною разработан курс внеурочной деятельности «Арт-терапия «Гармония», в который включены следующие техники – «Сказкотерапия», «Музыкотерапия», «Игротерапия» и «Изотерапия».

Арт-терапия — универсальное направление психологии. Оно позволяет как диагностировать отклонения, исследовать, выявлять моменты, требующие проработки, так и проводить коррекцию и профилактику.

Термин «арт-терапия» дословно переводится как лечение искусством.

Занятия с обучающимися я строю следующим образом:

1 этап – «Приветствие» (используется коллективное упражнение, направленное на сплочение класса);

2 этап – «Разминка» (проигрывается ритуал «входа» в занятие);

3 этап – «Основная часть» (психолог рассказывает сказку или смотрят мультфильм, играют, что позволяет детям прибрести новый опыт)

4 этап – «Заключение» (психолог обсуждает и анализирует вместе с детьми, в каких ситуациях их жизни они могут использовать тот опыт, что приобретают на занятии)

5 этап – «Ритуал выхода с занятия».

В «Сказкотерапии» я использую все виды сказок: народные, авторские, художественные, психотерапевтические и психокоррекционные. Подбираю в соответствии с темой занятия. С помощью этой техники можно способствовать личностному развитию детей и их социальной адаптации. Можно работать с проблемами агрессии, неуверенности в себе, тревожности и страхов, застенчивости и стыдливости, лживости, а также с различного рода психосоматическими заболеваниями.

В «Игротерапии» играем с детьми в сюжетно-ролевые игры, подвижные, с музыкальным сопровождением, выполняем различные упражнения, направленные на проработку конкретных заданий (формирование уверенности в себе, выражать сочувствие, развивать умение понимать друг друга без слов и т.д.). Использую упражнения на развитие нейромоторики у детей для:

- развития межполушарного взаимодействия;

- зрительно- пространственной координации;

- мелкой моторики;

- синхронизации работы глаз и рук;

- повышения уровня устойчивости и переключения внимания. («Яблоко и червячок», «Покажи левой и правой», «Змейка», «Ухо-нос» и т.д).

Также использую с обучающимися 1-3 классов метафорические карты «Монстрики чувств», направленные на диагностику эмоций.

В «Музыкотерапии» слушаем музыку Баха, Моцарта, Бетховена, Гайдна, фонограммы леса, пение птиц, пьесы из цикла «Времена года» П.И.Чайковского, «Лунную сонату» Бетховена и специально подобранные мелодии для релаксации. Музыка помогает ребёнку развиваться гармонично и корректировать эмоционально – личностные расстройства.

На «Изотерапии» в основном использую рисуночные диагностики, тесты: «Рисунок человека», «Дом для страхов», «Радуга и Чеширский кот», «Рисунок семьи», «Школа», «Автопортрет», «Моя жизнь в школе», «Дерево» и т.д., раскраски – антистресс, а также графические диктанты.

Детский рисунок в первую очередь рассматривается как проекция личности ребёнка, как символическое выражение его отношения к миру. Отражается не только уровень развития графических навыков и овладения техникой рисования, но и характеристики интеллектуального развития, особенности личности и характера, а также особенности межличностных отношений, например в семье, в школе и т.д.

Арт-терапия не имеет противопоказаний, это очень эффективный метод для снятия напряжения. С ее помощью отрицательные эмоции преобразуются в положительные, и доставляют радость и удовольствие ее участникам. Использование арт-терапевтических техник дает детям возможность выразить свои мысли, чувства, настроения в процессе реализации творчества.

Проведение арт-терапевтической коррекции помогает ребенку эффективно эмоционально отреагировать на все что с ним происходит и волнует его. Застенчивые и замкнутые дети начинают более свободно общаться. Так как проведение коррекции для детей снимает барьеры в коммуникации и защитные механизмы, помогает в формировании произвольности, саморегуляции детей.

Арт-терапия повышает уверенность и чувство собственного достоинства благодаря обучению и практике творческой деятельности. Кроме того, это способствует общению и выражению его эмоций и чувств, что может помочь разрешить страхи и лучше понять повседневные действия. Кроме того, эти занятия помогают развивать моторику, обучая техническим навыкам. Арт-терапия – это метод, который заключается в создании условий, благоприятных для преодоления личных трудностей посредством стимуляции творческих способностей.

Для занятий по арт- терапии «Гармония» нужно изучать и дополнять применением новых арт-терапевтических техник на практике.