

## Семінар-практикум для педагогічних працівників

### Тема: Розвиток творчих здібностей дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії

**Мета:** ознайомити педагогів з методами та засобами розвитку творчих здібностей дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.

**Обладнання та матеріали:** фарби, олівці кольорові, пластилін, картон, вода, ватман, пелюстки квітів.

#### **План:**

1. Вправа «Я хочу повідомити про себе»
2. Визначення правил психолого-педагогічного семінару
3. Повідомлення теми та мети семінару-практикуму
4. Вправа «Наші очікування»
5. Міні-лекція «Розвиток творчих здібностей молодших школярів з елементами арт-терапії»
6. Вправа «Улюблений герой»
7. Вправа «Малювання в парі»
8. Вправа «Чарівні кульки»
9. Монотипія «Якого кольору дружба»
10. Робота з піском. Вправа з арт-терапії «Чуттєві долоньки»
11. Вправа з арт-терапії. Групова робота з використанням фарб. Створення картини - абстракції
12. Вправа «Чарівна скринька»
13. Вправа «Здійснення очікувань»
14. Вправа «Сила світла». Релаксація

#### **Хід заняття**

##### **1. Вправа «Я хочу повідомити про себе»**

**Мета:** сприяти знайомству учасників.

А тепер давайте ближче познайомимося.

Спочатку всі причепіть бейджики, на яких написано ваше ім'я. А тепер давайте по-черзі кожен назве своє ім'я і продовжить фразу та продемонструвати: «Я хочу повідомити про себе...». Наприклад «Мене звать Наталія, я хочу повідомити, що я люблю танцювати».

У відповідь на кожне таке висловлювання всі повинні хором відповісти: "Це чудово!" і одночасно підняти вгору великий палець.

##### **2. Визначення правил психолого-педагогічного семінару**

***Всі правила гідної поведінки здавна відомі,  
Зупинка за малим – за умінням ними користуватися.***

***Б. Паскаль***

Успіх тренінгу значною мірою визначається дотриманням специфічних принципів роботи. Правила – випробуваний і ефективний метод для досягнення атмосфери довіри, доброзичливості і співробітництва для конструктивної та успішної роботи.

#### **Правила:**

- Цінувати час.
- Бути позитивно налаштованим.

- Правило додавання.
- Кодекс ввічливості. Уважно слухати, говорити по темі, висловлювати думку коротко і аргументовано.
- Правило добровільності.
- Правило персоніфікації. Говорити від свого імені (Я - висловлювання).
- Правило конфіденційності.
- Правило поваги.

### **3. Повідомлення теми та мети семінару-практикуму.**

**Тема:** Розвиток творчих здібностей дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії

**Мета:** ознайомитися з методами та засобами розвитку творчих здібностей дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.

*Збиратись разом – це початок,  
Триматись разом – це процес,  
Працювати разом – це успіх.  
Генрі Форд*

### **4. Вправа «Наші очікування»**

**Мета:** виявлення очікувань учасників, корекція запиту.

**Психолог:** Кожен із нас чогось очікує від нової справи. Чого ви чекаєте від цього тренінгу? (учасники записують свої очікування на пелюстках квітки, обираючи квітку такого кольору з яким асоціюється їхній настрій та прикріплюють пелюстки).

*(Учасники по колу зачитують свої очікування від тренінгу).*

Те, що ми з вами записали, безумовно, може змінюватися протягом усього тренінгу. Можливо, ви одержите те, чого не очікували. Багато чого також залежатиме від вашої активності.

Наприкінці тренінгу в нас із вами буде можливість проаналізувати свої очікування.

### **5. Міні-лекція «Розвиток творчих здібностей молодших школярів з елементами арт-терапії»**

*«Якщо у тебе психологічні проблеми  
ти зможеш подолати їх самотійно  
за допомогою живлячої сили мистецтва...»*

**Здібності** — це індивідуально-психологічні особливості людини, які відповідають умовам успішного виконання тієї чи іншої діяльності, а саме - набуття знань, умінь і навичок; використання їх у праці.

Кожна здібність має свою структуру, яка залежить від розвитку особистості. Кожна здібність становить складну синтетичну якість людини, в якій поєднуються окремі психічні властивості: чутливість, спостережливість, особливості пам'яті, уяви, мислення і т.д.

Загальні здібності забезпечують відносну легкість і продуктивність у засвоєнні знань і виконанні різних видів діяльності. Під спеціальними

здібностями розуміють психологічні особливості індивіда, які дають можливість успішно виконувати певні види діяльності (музика, математика, лінгвістика тощо)

#### **Виділяють:**

- **загальні здібності**, забезпечують відносну легкість і продуктивність у засвоєнні знань і виконанні різних видів діяльності.

- **спеціальні здібності**, розуміють психологічні особливості індивіда, які дають можливість успішно виконувати певні види діяльності (музика, математика, лінгвістика тощо)

Важливим фактором розвитку здібностей є стійкі спеціальні інтереси до вивчення змісту якоїсь галузі людської діяльності.

#### **Найчастіше виділяють такі види здібностей:**

- навчальні та творчі;
- розумові та спеціальні;
- математичні;
- конструкторсько-технічні
- музичні;
- літературні;
- художньо-зображувальні;
- фізичні;
- унікальні (парапсихологічні, у швидкій лічбі, запам'ятовуванні тощо).

**Арт-терапія** - це спеціалізована форма психотерапії, заснована на мистецтві, в першу чергу образотворчій і творчій діяльності. Усі ми знаємо безліч різних видів і напрямів терапії мистецтвом. Це ізотерапія, музична терапія, танцювальна терапія, бібліотерапія, драмтерапія, кінотерапія, куклотерапія і пісочна терапія.

*Духовне життя дитини повноцінне  
лише тоді, коли вона живе у світі  
гри, казки, фантазії, творчості.*

## **6. Вправа “Улюблений герой”**

**Мета:** рефлексія та аналіз альтруїстичних проявів у поведінці.

**Інструкція:** згадайте своїх улюблених героїв казок, мультфільмів, оповідань, уявіть себе на їхньому місці, подивіться на світ їхніми очима, проявіть їхні та поведінку, за допомогою жестів, міміки та пантоміміки, так щоб інші учасники відгадали.

**Обговорення:** назвіть свого улюбленого героя. Що ви відчували, коли були на його місці? Який досвід поведінки можна взяти для себе?

*Те, що є творчим, частенько виявляється терапевтичним  
Те, що терапевтично, часто представляє творчий процес.  
К. Роджерс*

## **7. Вправа «Малювання в парі»**

**Мета:** дослідження міжособистісних взаємин.

**Інструкція:** покладіть листок паперу, візьміть олівці, фарби чи фломастери. Уважно подивіться один одному в очі і починайте малювати спонтанно малюнок на тему «Наша група» для дітей можна запланувати тему «Мій клас». Спілкуватися з партнером можна лише за допомогою ліній та кольору.

### **Обговорення:**

- Чи легко було працювати в парі один з одним?
- Що допомагало? Що заважало?
- Чи сподобалась вам ця вправа?

Отже, ви зрозуміли, що коли ваш партнер вам добре знайомий, він ваш товариш, тоді набагато легше разом виконувати будь-яку роботу.

## **8. Вправа «Чарівні кульки»**

**Мета:** сприяти розвитку уміння взаємодії між учасниками тренінгу.

У кожного з вас є частина зображення, знайдіть свою пару і об'єднайтеся. Я даю чарівну кульку, що є символом дружби. Вам потрібно зі своїм товаришем танцюючи, втримати кульку чолом. *(Під музичний супровід учасникам пропонується вибрати за кольором кульку та створити в парі свій танок)*

### **Обговорення вправи:**

- Які почуття виникли у вас під час виконання вправи?
- Чи легко було вам виконувати вправу?

## **9. Монотипія «Якого кольору дружба»**

**Мета:** Навчити взаємодіяти з учасниками, згуртувати колектив.

**Інструкція:** Для цієї вправи нам необхідні поролон. Виберіть кольори, які вказують на радість, дружбу, розуміння, підтримку. Нанесіть кашку з гуаші відповідних кольорів на поролон та опустіть на аркуш паперу сторону з фарбою, покрутіть його по паперу за годинниковою стрілкою.

### **Обговорення:**

- Чи завжди яскраві кольори дають яскравий колір у підсумку при змішуванні?
- Чи сподобалася вам ця вправа?

**10. Робота з піском. Вправа з арт-терапії «Чуттєві долоньки».** Під музику учасники занурюють руки в пісок.

**Завдання:** прислухайтеся до власного внутрішнього емоційного стану та запам'ятайте його.

**11. Вправа з арт-терапії. Групова робота з використанням фарб. Створення картини - абстракції.**

**Завдання:** обиріть колір фарби, який відповідає вашому внутрішньому емоційному стану, та нанісіть фарбу на долоню так, як вважаєте за потрібне, потім на ватмані паперу залиште малюнок - абстракцію. За бажанням малюнок руками виконують декілька раз.

**12. Вправа «Чарівна скринька».** У скриньці знаходяться сердечка, вирізані з червоно картону. Кожному учаснику по черзі пропонується вибрати сердечко за власним бажанням. На ньому кожен пише вислів – побажання,

який може підтримати кожного в різні моменти життя. Потім сердечка повертають до скриньки.

### **13. Вправа «Здійснення очікувань».**

На початку нашого заняття ви створювали квітку очікувань, якщо чиїсь очікування не виправдались, переверніть пелюстку.

### **14 Вправа «Сила світла». Релаксація**

**Матеріали:** аудіо запис спокійної інструментальної музики, маленька свічка для кожного учасника

**Психолог:** зараз, вам читатиму текст «Розповідь однієї свічки». Прошу всіх розслабитися, сісти зручно (розповідь читається у супроводі спокійної інструментальної музики).

**Психолог:** - Ви запалили мене і дивитеся на моє полум'я. Світло і тепло, які я дарую, приносять вам радість. Я також радію, що горю для вас, бо інакше лежала б я в старій коробці недоторкана та забута, і не було б від мене ніякої користі. Зміст мого існування полягає в тому, щоб дарувати світло і тепло, віддавати всю себе на користь іншим. Я добре знаю: чим довше горітиму, тим коротшою ставатиму. Утім, я щаслива, адже моє тепло та світло надовго збережуться у ваших душах...

Так само й з вами. Або ви живете самі для себе, й тоді поруч з вами холодно й порожньо, або ж даруєте людям свої любов і тепло, й тоді ваше життя набуває сенсу, а вас сповнює щастя.

Думаю, лише той, хто іншим дарує радість, сам стає щасливішим. Лише той, хто іншим приносить світло, сам може прийняти його. Що більше «горітимете» для інших, то більше світла буде у вас самих. Чимало людей почувуються сумними та самотніми, тому що бояться розкритися назустріч іншим, подарувати частинку себе – своєї радості, сердечності, а деколи – навіть частинку свого смутку. Вони постійно нарікають на важкі часи й не можуть зрозуміти, що один-єдиний, навіть найменший, вогник цінніший від всеосяжної темряви.

Тож «горіть» та не забувайте віддавати світло і тепло іншим.