

**Городская Лаборатория Активных Дошкольников.
Сценария мастер-класса для педагогов ДОО**

ФИО и должность педагога:

Кондратенко Валентина Сергеевна, педагог-психолог;
Бриславская Анна Александровна, учитель-дефектолог;
Качалкова Лариса Владимировна, педагог-психолог;
Петрова Анастасия Александровна, учитель-дефектолог.
МБДОУ детский сад компенсирующего вида № 486.

Тема: «Использование приемов арт-терапии для восстановления психологического состояния у педагогов и детей».

Цель 1: улучшить физическое и эмоциональное состояние педагога, т.е. помочь снять хроническую усталость и эмоциональную опустошенность, а также открыть творческий потенциал, повысить работоспособность и укрепить позитивное отношение к профессии.

Цель 2: показать важность чувства здорового эгоизма, развивать навыки самоанализа.

Задачи:

1. Создать положительный эмоциональный климат у педагогов, используя вид арт-терапии – изотерапию, как одну из форм восстановления психологического состояния.
2. Способствовать развитию профессионально – творческой активности, раскрытию внутреннего потенциала каждого педагога, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы.

Ожидаемые результаты:

1. Практическое освоение педагогами психологических методов и упражнений для улучшения психического состояния педагогов
2. Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в области арт-терапии.
3. Снятие эмоционального напряжения.
4. Научиться балансировать свое психологическое состояние и сохранять его.

Оборудование: Проектор, бумага формата А4, набор фломастеров или карандашей 12 цветов, ручки, лимон, камень.

К какому направлению ФОП ДО относится: патриотическое, духовно-нравственное, социальное, познавательное, физическое и оздоровительное, трудовое, эстетическое,

Какие ценности формируются: Здоровье – развитие ценности знаний, освоение и формирование целостной картины мира, а также развитие самостоятельности, образ жизни, милосердие, добро – забота о других и хорошие поступки; человек, семья, дружба, сотрудничество – формирование доброжелательного отношения к себе, семье, другим людям, развитие навыков сотрудничества, а также культуры поведения; познание; культура и красота – формирование ответственности, самостоятельности и стремление приносить людям пользу.

Ход мастер-класса.

Этапы и цель	Методы и приемы (деятельность и речь ведущего)	Действия участников	Примечание/ оборудование
--------------	--	---------------------	-----------------------------

1. Эмоциональный якорь. Знакомство. Цель: создание комфортной и безопасной атмосферы, способствующей эффективному взаимодействию участников.	Заранее в день проведения мероприятия ведущий при входе предлагает каждому педагогу для того, чтобы он пришёл в соответствующее помещение, вытянуть из предложенных сложенных вдвое листков один с загадкой снаружи про название группы, про квалификацию узкого специалиста и др. с подсказкой внутри, куда надо прийти. В подтверждение, что педагоги на правильном пути от кабинета заведующего до комнаты на полу расположены бумажные следы и стрелки. Загадка - отгадка-подсказка - приход в комнату. Ведущий: <i>-Уважаемый педагог, Пожалуйста, вытяните любой листок.</i> <i>-Вам необходимо отгадать загадку, написанную снаружи про название группы, про квалификацию узкого специалиста и др., и с помощью подсказки внутри листа, догадаться о каком помещении идёт речь и прийти туда с (время указать).</i> <i>-Задание понятно?.....</i> <i>-Присядьте на стул в соответствие с номером на загадке.</i> <i>-Здравствуйте!</i> Когда все придут Ведущий: <i>-Загадки отгадали</i> <i>Комнату правильно отыскали.</i> <i>-Все знают</i> <i>Для чего мы здесь заседаем?</i> Педагоги отвечают.....	Выбирают листочек, Рассаживание: По мере того, как педагоги отгадывают загадки, они приходят в Комнату через следы и занимают места на стульях за столами согласно номеру на загадках. отгадывают загадку,	Проектор.
---	---	---	------------------

2. Познавательный якорь Организационный момент МОТИВАЦИЯ – побуждение к действию, обуславливающее субъективно-личностную заинтересованность индивида в его свершении. Цель: мотивация участников к активному вовлечению в образовательный процесс.	Видео про психологическое здоровье. Обсуждение недолгое. Присутствующим предлагается посмотреть на метафорические картинки (их три на экране) и выбрать наиболее понравившуюся. Интерпретация выбранных картинок представлена на экране.	Просмотр видео Просмотр слайдов с ответами.	Проектор.
--	--	---	------------------

3. Краткий анонс (рассказ о технологии) Цель: подготовка аудитории к активной работе на мастер-классе и мотивация к дальнейшему участию	<i>Сейчас у нас с вами состоится мастер-класс с элементами арт-терапии. Профессия педагога - одна из самых «нервных» и относится к категории «группы риска». Эмоциональное состояние вызывает тревогу. У детей отмечается высокая тревожность, часты проявления общей апатии или, напротив, повышенная раздражительности или агрессивности. У педагогов наблюдается повышенная раздражительность на незначительные, мелкие события; переживание деструктивных эмоций, чувство неосознанного беспокойства, депрессивные состояния. Это все приводит к стрессу, а в большинстве случаев – хроническому стрессу.</i> <i>В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия мы сегодня с Вами будем использовать арт-терапию, активное слушание, диагностические методики, а также будем разбирать различные ситуации, анализировать и делать выводы.</i> <i>Арт-терапия — это способ работать с душой через творчество. Существуют различные техники арт-терапии, их подбор осуществляется психологом индивидуально, в зависимости от целей вашей с ним работы. Арт-терапия позволяет человеку освободиться от зажимов, расслабиться, снять запреты, быть свободным. В таком состоянии возврата к самому себе и черпаются силы для дальнейшего творческого подъема. Главное - разрешить самому себе встретиться с собственной силой, качественно отдохнуть и узнать о самом себе, людях и мире в целом что-то новое и интересное.</i> <i>Практически все упражнения, которые мы сегодня будем на себе пробовать, можно использовать с педагогами, с детьми, как в группе, так и рекомендовать совместную работу</i>	П р о с м а т р и в а ю т предлагаемый материал на экране проектора.	Проектор.
--	--	---	------------------

4. Ход мастер-класса или осуществление действий Прописываются особенности организации деятельности участников мастер-класса.	Теоретическая часть. Упражнение «Я люблю свою работу за...». Я предлагаю Вам, сейчас, написать на ваших листочках несколько предложений, продолжив фразу «Я люблю свою работу за...». Цель: развитие саморефлексии, повышение доверия участников друг к другу. <i>Какие ощущения и мысли вызвало у вас это упражнение?</i> <i>Постарайтесь зафиксировать у себя в голове эти положительные мысли о работе. Постарайтесь не выкидывать этот листочек, а повесить его у себя над столом, чтобы вы не забывали о том, что не все так плохо в вашей работе, и эти плюсы весомый аргумент, чтобы работать на этом месте как можно дольше и продуктивнее.</i> Упражнение «Ассоциации» Передают друг другу игрушку, называя как можно больше ассоциаций к слову «здоровье»: - успех; - покой; - общение; - уверенность; - стабильность; - общение с природой; - жизнерадостность; - гармония; - хорошее самочувствие и тому подобное. Психолог: <i>Я думаю, большинство из Вас согласится, что «Самое главное в жизни - здоровье!». Особенно в вопросах сохранения здоровья должны быть осведомлены педагоги, для того чтобы учить этому подрастающее поколение.</i> <i>Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и</i>	П р о с м а т р и в а ю т предлагаемый материал на экране проектора, слушают спикера. Передают друг другу игрушку, называя как можно больше ассоциаций к слову «здоровье»:	Проектор. Предлагаемые материалы на столах участников.
---	---	--	--

Рефлексивный итог	Затем психолог обращается к участникам с предложением написать на выданных им листах бумаги то, что они имеют право делать, чтобы чувствовать себя счастливыми, при этом могут чувствовать, о чем думать, как себя вести. <i>Как думаете, важно ли любить себя?</i> <i>Любовь к себе зарождает счастье. Каждый человек заслуживает быть счастливым.</i> <i>Главное позволить, разрешить себе себя любить и быть счастливым.</i> После завершения работы психолог просит участников перевернуть листы, на которых сделать надпись: «Лицензия на счастье». <i>Пожалуйста, сразу не выкидывайте эти листочки, возвращайтесь к ним, чтобы прочитать, что вы имеете право делать, чтобы быть счастливыми. Это Ваша лицензия на счастье)</i> Таким образом, каждый участник получает собственную лицензию на счастье. Обратная связь: 1 вариант: Онлайн-опрос : (ссылка будет куаркодом) https://wellemo.com/questionnaire/take/1f000230-5793-6000-aa48-31b187787605/ru/ 2 вариант: на стене будет дерево, а на столах на блюдах лежать вырезанные яблоки и лимоны, карандаши и ручки.	Участники должны из выбранных цветных цепочек нарисовать предложенные на слайде фигуры. После того, как они нарисуют, на слайде появится интерпретация каждой фигуры. На слайде будет куаркод с ссылкой, все могут перейти по ней и быстро пройти опрос. Дерево находится на стене,	Проектор
---------------------------------	--	---	-----------------

