

**ARTETERAPIA –TERAPIA PRZEZ SZTUKĘ**

**Program zajęć z elementami arteterapii do realizacji na zajęciach dodatkowych**

**z Projektu pt. „Przyjazne Przedszkole”**

**CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU**

Arteterapia to inaczej terapia przez sztukę, czyli forma wsparcia terapeutycznego i rozwojowego, oparta na działaniach twórczych (takich jak malowanie i rysowanie, taniec i ruch, muzyka i wiele innych). Działania twórcze dają niezwykłe pole do pogłębiania samoświadomości i zrozumienia swoich mechanizmów działania. Uczestnik zajęć rozwija tym samym swój potencjał i kreatywność, ucząc się radzenia w trudnych sytuacjach życiowych oraz rozpoznawania, nazywania i wyrażania swoich emocji.

Termin arteterapia odnosi się do wykorzystania sztuki w celach diagnostycznych i terapeutycznych. Dotyczy ona tworzenia, jak również korzystania z istniejących działań twórczych. Metodę te może stosować każdy bez względu na wiek, zdolności i stan zdrowia. Arteterapia pomaga zapobiegać pogłębianiu się stanów chorobowych, wpływa na rozwój zdolności, które maja urzeczywistnić pragnienia i zamierzenia dziecka. Pomaga uzewnętrznić emocje, myśli, pragnienia, spojrzeć na nie z bliska oraz pomóc w dostrzeżeniu ich przez innych. Wydobywa z dzieci siłę oraz energię, które wspierają je we własnym rozwoju.

Zajęcia prowadzone z dziećmi będą polegały na łączeniu ze sobą różnych form działania artystycznego w dowolnych kombinacjach.

 Będą to:

*Muzykoterapia* –to jeden z elementów kompleksowego oddziaływania terapeutycznego. Muzyka jest nosicielem treści emocjonalnych, może działać kojąco, przeciw lękowo lub pobudzać i aktywizować.

*Biblioterapia* –kontakt z literaturą piękną i poezją, wprowadzając dziecko w świat fikcji, staje się substytutem wyzwolenia od choroby czy niepełnosprawności.

*Ekspresja plastyczna* –jest formą likwidacji napięć i negatywnych emocji. W czasie tworzenia dzieła plastycznego następuje ekspresja własnej osobowości poprzez dokonywanie zabiegu przekształcania rzeczywistości zewnętrznej i własnego „ja”.

*Choreoterapia* –terapia tańcem opiera się na wykorzystaniu ruchu jako procesu, który zwiększa fizyczną, psychiczną i duchową integrację człowieka.

***Bajkoterapia*-** bardzo często stosuję w pracy z dziećmi w przedszkolu. Opowiadania, historie wspierają dzieci i dają im poczucie bezpieczeństwa. Niejednokrotnie dają wskazówki praktycznego działania w różnych sytuacjach, jakie doświadcza dziecko.

***Techniki parateatralne*** - polegają na zaangażowaniu dzieci w działania teatralne. Pozytywne nastawienie do tej formy sztuki powoduje, że przez teatr mogę kształcić i wychowywać oraz działać terapeutyczne. Technika ta uczy poczucia współdziałania, samodyscypliny,



koncentracji uwagi, radzenia sobie z sytuacjach stresowych.

Zajęcia prowadzone tą metodą pełnią także rolę kompensacyjną, redukują napięcie mięśniowe i emocjonalne, wzmacniają poczucie własnej wartości i wiary w siebie. Pracując z dziećmi o specjalnych potrzebach, metoda ta daje im możliwość na bardzo dobrą komunikację ze światem i innymi osobami, uczy pewności w działaniu, otwartości siebie i bezpieczeństwa a nauczycielowi pozwala na wejście do wnętrza małego dziecka, rozpoznanie jego nastroju i uczuć.

**CEL PROGRAMU**

Celem programu jest terapia poprzez sztukę, a więc poprawa samopoczucia i poprawa funkcjonowania w grupie oraz pośrednio poprawa relacji społecznych.

**CELE SZCZEGÓŁOWE**

* pobudzenie wszechstronnego rozwoju dziecka
* rozwijanie zainteresowań i uzdolnień artystycznych
* stwarzanie możliwości do własnych wypowiedzi za pomocą różnorodnych środków artystycznych.
* zaspokojenie poczucia samorealizacji i akceptacji
* kształtowanie wrażliwości plastycznej, rozwijanie wrażliwości zmysłowej
* kształtowanie umiejętności pracy w grupie i wzrost umiejętności komunikowania się
* czynny wypoczynek – funkcja rekreacyjna sztuki
* rozładowanie negatywnych napięć, emocji i agresji
* uaktywnienie i otwarcie się ucznia mającego problemy z nawiązywaniem kontaktów.

**METODY:**

Metody pracy oparte na spontanicznej aktywności dziecka dostosowane do jegomożliwości percepcyjnych

  indywidualizacja środków i metod

  powolne stopniowanie trudności

  ciągłość oddziaływań

**FORMA ZAJĘĆ :**

* indywidualna
* zespołowa

 **ORGANIZACJA ZAJĘĆ:**

Zajęcia będą się odbywały w ramach projektu „Przyjazne przedszkole” z częstotliwością 2 raz w tygodniu. W zajęciach będzie uczestniczyło 4 dzieci z orzeczeniem o niepełnosprawności i z opinią o wczesnym wspomaganiu. Każde zajęcia będą rozpoczynały się i kończyły zabawą integracyjną. Formy i metody pracy będą dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości dzieci. Udział w zajęciach będzie opierał się na dobrowolności i spontaniczności. Zasadą zajęć będzie nadanie większego znaczenia



doznaniom dzieci podczas samego procesu „tworzenia”, niż jego wytworom.

**EWALUACJA REALIZACJI PROGRAMU**

Przedmiotem obserwacji pod katem skuteczności programu i realizacji zamierzonych celów będzie:

* zaangażowanie dziecka w proces twórczy – poszukiwanie nowych pomysłów, wzrost motywacji do działania, wzrost staranności wykonywanych prac
* wzrost czasu koncentracji
* poprawa relacji w grupie
* postęp w zdolnościach komunikacyjnych – nawiązywanie prawidłowych relacji
* wyciszenie ucznia na zajęciach i poza nimi
* nabycie większej sprawności w uzewnętrznianiu swoich uczuć w formie działalności plastycznej
* wzrost pomysłowości, stosowanie różnorodnych środków wyrazu

Do tego celu posłuży:

* analiza osiągnięć indywidualnych i poziomu satysfakcji z zajęć wykonana na podstawie obserwacji dzieci na zajęciach, rozmów z nauczycielami oraz diagnozy przeprowadzanej wśród dzieci.
* analiza wytworów dzieci (ze względu na to, że w arteterapii mogą one pełnić funkcję diagnostyczną) – sprawdzenie, czy dziecko kończy pracę, czy wzrosło zaangażowanie w wykonanie pracy, czy wzrosła kreatywność



Arkusz diagnozujący:

Diagnoza:

1.Współpraca w grupie

 12 3 4 5

2.Samodzielność podejmowania twórczej aktywności

 1 2 34 5

3.Sprawność manualna

 12 3 45

4.Komunikacja interpersonalna

 1 2 3 4 5

5.Samoocena

 1 2 3 4 5

6.Znajomość materiałów plastycznych i ich wykorzystanie w pracy

 1 2 34 5



**TEMATY ZAJĘĆ**

**GRUDZIEŃ**

1.„Poznajemy się” - Zabawy integrujące grupę. Zabawy z ciastoliną i plastelina. Tworzenie przyjaznej atmosfery.

2.„Witaj Święty Mikołaju”- wykonanie portretu portret Św. Mikołaja – rozwijanie i kształtowanie wyobraźni plastycznej dzieci.
Pomoce – farby akwarelowe, pędzel, woda, kubek, kartka z wizerunkiem św. Mikołaja

3. „Kolorowe kartki z okazji Bożego Narodzenia” – zaprojektowanie i wykonanie kartek świątecznych według własnego pomysłu – technika dowolna.
Pomoce – brystol, folia, papier samoprzylepny, suszone liście, kwiaty, ścinki tkanin, papier kolorowy, kasza, ryż, klej, flamastry, farba, pędzel, kubek, świeca, kredki, plastelina.

**STYCZEŃ**

4. „O życzliwym zajączku i jego nieuprzejmym bracie”-słuchanie bajki. Rozmowa na temat uprzejmości.

5.„W zimowej krainie dźwięków” – słuchanie piosenek o zimie, gra na cymbałkach, dzwonkach. Zapoznanie z wyglądem, nazwa i brzmieniem ww. instrumentów.

6.„Zimowy krajobraz nocą” – malowanie różnych wzorów białą farbą plakatową białą kredką lub białą kredą na czarnym lub granatowym kartonie; wycięcie z białego kartonu – formy okna i przyklejenie go do rysunku. Rozwijanie sprawności manualnej i precyzyjnych ruchów rak.
Pomoce – czarny lub granatowy karton, biały karton, biała kredka, biała kreda, nożyczki, biała farba, pędzel, klej, kubek, woda.

7.„Maska karnawałowa” – wykonanie i ozdabianie maski na karnawał. Doskonalenie sprawności manualnej poprzez wycinanie określonych kształtów.
Pomoce – brystol, papier kolorowy, gazety, flamastry, nożyczki, taśma samoprzylepna, zszywacz biurowy, wstążki, klej, koraliki, farba, pędzel, klej, kubek, woda.

8. „Karmnik dla ptaków” – wykonanie karmnika dla ptaków według instrukcji „krok po kroku”. Pogłębienie wiadomości dzieci o warunkach życia ptaków okresie zimowym.
Pomoce – pudełka, ścinki tkanin, nożyczki, pędzel, farby, klej, kubek, woda.

9.„Instrumenty muzyczne” – prezentacja brzmienia instrumentów, zabawy z wykorzystaniem instrumentów (bębenki, tamburyn, dzwonki, tuby, talerze). Rozwijanie inteligencji muzycznej.

10.„Pomysłowe rzeźby ze śniegu” – indywidualne lepienie różnych kształtów ze śniegu według własnego pomysłu, złączenie ich w jedną wspólną rzeźbę. Jeśli nie będzie śniegu lepienie z plasteliny lub z modeliny.
Pomoce – plastelina lub modelina.



11.„Zrób wszystko to co ja” - klaskanie, tupanie, pocieranie rękoma, granie na dzwonkach, talerzach, tamburynie, bębnie. Rozwijanie poczucia słuchu, rytmu oraz umiejętności naśladowania ruchów innych.

**LUTY**

12.„Złotowłosa i trzy niedźwiadki”
„Czy wolno tak robić?” -Dbanie o cudze rzeczy, nie zabieranie ich bez pytania. Rozwijanie umiejętności słuchania bajek, rozwijanie zainteresowań książka.

13. „Miś ”- lepienie misia z plasteliny lub malowanie farbami. Rozwijanie sprawności manualnej .Poszerzenie doświadczeń plastycznych. Pomoce –plastelin , flamastry, pędzel, farby, kubek, woda.

14. „W rytm kroków i podskoków” – zabawy i ćwiczenia w zakresie małej i dużej motoryki oraz realizacja prostych układów ruchowych. Kształcenie ogólnej sprawności fizycznej.

15. „Kartki walentynkowe” – zaprojektowanie i wykonanie kartek walentynkowych, technika dowolna – do wyboru z propozycji podanych przez nauczyciela. Rozwijanie wyobraźni twórczej. Pomoce – brystol, folia, papier samoprzylepny, suszone liście i kwiaty, ścinki tkanin, papier kolorowy, bibuła, klej, flamastry, kredki, plastelina, pędzel, farby, kubek, woda.

16. „Zabawy muzyczno- plastyczne” -Rysowanie kresek, plam pędzelkiem, kredkami, stemplowanie, itp. w rytm słuchanego utworu. Wprowadzenie w świat muzyki.

17. „Kłopot Leona”-słuchanie bajki czytane przez nauczyciela. Kształtowanie u dzieci postawy akceptacji innych.

18. „Budujemy cisze”- logozabawa, „Raczki robią klap klap klap”-zabawy muzyczno-ruchowe- naśladowanie przez dzieci ruchów prezentowanych przez nauczyciela.

**MARZEC**

19. „Bajka o Pajączku” Maria Molicka - Kształtowanie u dzieci postawy akceptacji innych.

20.„Fantazyjny wazon” – wykonanie wazonu poprzez oklejanie pojemnika różnymi materiałami. Wdrażanie do samodzielności
Pomoce – pojemnik plastikowy, metalowy lub szklany, plastelina, nasiona, ziarna, pestki, ścinki tkanin, papier kolorowy, gazety, klej, folia.

21.„Kolorowy stworek” – wykonanie stworka z rękawiczki lub skarpety wypchanej watą. Ozdabianie guzikami i elementami dekoracyjnymi. Doskonalenie umiejętności posługiwania

się rożnymi materiałami plastycznymi.
Pomoce – rękawiczki, skarpety, kolorowy papier, guziki, igła, nitka, wełna, tasiemki, klej.

22.„Ćwiczenia z gazetą”- zwijanie w rulon, dmuchanie, zgniatanie, rozprostowywanie, wachlowanie w rytm słyszanej muzyki. Doskonalenie sprawności manualnej.



23.„Wielkanocne pisanki” – praca plastyczna. Odrysowywanie od szablonów konturów pisanek, wypełnianie ich dowolnymi materiałami. Poznanie tradycji i obyczajów wielkanocnych. Doskonalenie sprawności manualnej.

Pomoce – karton, szablony pisanek, flamastry, ryż, kasza, drobny makaron, plastelina, klej, pędzel, farby, woda, kubek, ścinki tkanin, bibuła, papier kolorowy.

24.” Czerwony Kapturek”-zapoznanie z teścia bajki O Czerwonym Kapturku oraz z jego morałem. Rozwijanie zainteresowań czytelniczych. „Czerwony kapturek w lasie”- praca plastyczna. Rozwijanie sprawności manualnej.

**KWIECIEŃ**

25. „Pani Wiosna”-praca plastyczna. Kolorowanie postaci pani Wiosny pastelami. Rozwijanie wyobraźni plastycznej.

Pomoce- pastele , karta techniczna

26. „Obrazek z kleksów” – wykonanie kleksa z farby, posypanie go solą; dorysowywanie pojedynczych elementów kredkami, flamastrami lub farbami. Poznanie nowych technik plastycznych. Rozwijanie ekspresji malarskiej.
Pomoce – biały karton, farba, sól, flamastry, kredki, pędzel, farby, woda, kubek.

27.„Zamieniam się w muzykanta” – gra na tubach, cymbałkach, tamburynie, dzwonkach, talerzach. Wydobywanie dźwięków z instrumentów w rytm muzyki. Rozwijanie słuchu muzycznego u dzieci.

28.”Wiosenny koncert”- tworzenie muzyki, ćwiczenia ortofoniczne na podstawie wiersza D. Kossakowskiej. Kształcenie muzykalności poprzez doświadczenia.

29.„Granie na zawołanie” – wszystko może być instrumentem. Gra na instrumentach muzycznych typowych i niekonwencjonalnych w rytm piosenek z płyty M. Bogdanowicz „W co się bawić z dziećmi?” Rozwijanie inwencji twórczej dzieci.

.

**MAJ**

30.„Kwiaty dla mamy” – praca plastyczna. Wyklejanka z papieru kolorowego. Ćwiczenia współpracy oka i ręki.

Pomoce – kolorowy brystol, wełna, klej, papier kolorowy, nożyczki.

31.„Improwizowanie dźwiękiem” – naśladowanie za pomocą instrumentów: szumu wiatru, szumu morza, padającego deszczu. Rozbudzenie zainteresowań muzycznych.



32.„Moje ulubione zwierzątko” – oglądanie ilustracji, fotografii i rysunków przedstawiających różne zwierzęta, pogadanka na ten temat. Wykonanie zwierzątka z plasteliny lub z masy solnej na bazie pojemnika plastikowego. Ozdabianie zwierzątka koralikami i cekinami. Rozwijanie sprawności manualnej.
Pomoce – koraliki, guziki, plastelina lub z masa solna, pojemnik plastikowy.

33.„Jak kropelka uwierzyła w siebie” czyli jak przezwyciężyć nieśmiałość i uwierzyć w siebie. Słuchanie bajki czytanej przez nauczyciela.

34.„Kwitnące drzewo” – wypełnianie konturów obrazka kulkami z bibuły – praca zbiorowa. Wykonanie kulek z bibuły, naklejanie ich na kontur drzewa. Rozwijanie sprawności manualnej.
Pomoce – karton z konturem drzewa, kolorowa bibuła, klej.

35.„Sztuka muzealna i pozamuzealna” – Oglądanie albumów, filmów, korzystanie z Internetu – wirtualna wizyta w muzeum.

**CZERWIEC**

36. Bajka, czyli pierwsza pomoc w dziecięcych sprawach, „Brzydkie Kaczątko” H. Ch. Andersen. Czy inny to znaczy gorszy? Rozwijanie wyobraźni poprze słuchanie poezji.

37.„Spacer do parku” – spacer do parku, omawianie piękna przyrody, nauka rysowania drzewa według wzoru.
Pomoce – brystol, kredki ołówkowe.

38.„ Orkiestra rytmiczna”, klaskanie, uderzanie, wystukiwanie prostych rytmów o przedmioty, części ciała, granie na różnych instrumentach do utworów muzycznych. Kształcenie umiejętności aktywnego słuchania muzyki.

39.„Czarno-biały świat” – Rysowanie po wzorze flamastrem na białym kartonie gotowego rysunku, wycinanie go i przyklejanie na czarnym kartonie. Rozwijanie sprawności manualnej.
Pomoce – czarny i biały karton, klej, nożyce.

40. „Kolorowe ptaki” – tworzenie kompozycji przestrzennych z papieru, według instrukcji „krok po kroku”. Rozwijanie wyobraźni dzieci.
Pomoce – kolorowy brystol, klej, nożyce.