

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 264»
(МБДОУ № 264)

660046 г. Красноярск, ул. Даурская, 16 -А
Телефон 266-92-90 Е-mail: dou264@mail.krsk.ru
ОГРН 1022402058788, ИНН 2462022250/КПП 246201001

Номинация: Сохранение и укрепление здоровья детей старшего дошкольного
возраста

Проект «Укрепление эмоционального здоровья детей старшего дошкольного
возраста через цвет и форму».

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 264»
(МБДОУ № 264)

Сроки реализации проекта сентябрь 2023г.- май 2024г.

Автор:
Пекина О. В.,
воспитатель
МБДОУ №264

г. Красноярск, 2024г.

Актуальность:

Мы живём в эпоху социальных перемен: меняются условия жизни, ценности, характер отношений между поколениями. Родители и педагоги мечтают видеть детей успешными: активными и гармонично развитыми, открытыми для всего нового, жизнестойкими, умеющими справляться с трудностями, ставить и достигать цели. Всё большее значение приобретает развитие личностного потенциала детей, их способности понимания себя, самоорганизации и саморегуляции. В старшем дошкольном возрасте активно начинает развиваться такой психический процесс, как саморегуляция.

Эмоциональная регуляция- *управление эмоциями* — умение регулировать своё эмоциональное состояние, его интенсивность и проявление эмоций, оказывать влияние на эмоциональное состояние других людей.

Это очень важный процесс, который помогает ребенку социализироваться, развиваться, сохранять психическое и физическое здоровье. В дошкольном возрасте дети проявляют эмоции ситуативно и экспрессивно:

- удовлетворение жизненных потребностей
- привлечь внимание к предмету или действию.

Только в старшем возрасте появляется возможность подчинить свои желания, тому что надо сделать. Это возможно через развитие умения эмоционально регулировать свое поведение.

Первый шаг к саморегуляции умение выражать эмоции через различные способы и приемы (музыка, танец, художественная литература, изобразительное искусство).

Сохранение и укрепление здоровья детей - одна из важнейших задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается нормативно-правовыми документами:

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (с изменениями и дополнениями)

С изменениями и дополнениями от:

21 января 2019 г., 8 ноября 2022 г.

3.2. Требования к психолого-педагогическим условиям реализации Программы.

3.2.5. Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

3. установление правил взаимодействия в разных ситуациях: создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья; развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками; развитие умения детей работать в группе сверстников;

Федеральная образовательная программа дошкольного образования (далее - Федеральная программа) разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809)

В современных условиях возрастает социальная, а также педагогическая значимость сохранения и укрепления здоровья ребенка в процессе воспитательно-образовательной деятельности. В Федеральных государственных образовательных стандартах огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения и здоровьесохранения детей. Одна из приоритетных задач ФГОС – «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». Таким образом, жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых задач, одной из актуальных на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья детей.

Существует множество приемов, помогающих и облегчающих формирование саморегуляции. Одним из средств формирования навыков саморегуляции является арттерапия. В процессе выполнения арттерапевтических техник ребенок

выплескивает свои эмоции, снимает напряжение и учится контролировать свое состояние.

Исходя из актуальности темы была определена необходимость обучить детей старшего дошкольного возраста в целях укрепления эмоционального здоровья умениям выражать свои эмоции через цвет и форму.

Цель: Содействовать укреплению эмоционального здоровья детей старшего дошкольного возраста через цвет и форму.

Задачи: Развивать умение выражать и распознавать основные эмоции у себя и других людей детьми старшего дошкольного возраста через цвет и форму, как один из шагов саморегуляции.

Обогатить эмоциональный словарь старших дошкольников.

Привлечь родителей в совместные занятия с ребенком.

Планируемые результаты:

Овладеет простыми навыками саморегуляции, сможет определить своё эмоциональное состояние и его интенсивность; описать ситуацию, ставшую его причиной;

Ребёнок познакомится с несколькими приемами саморегуляции с помощью цвета и формы.

Будут созданы условия для расширения эмоционального словаря ребёнка и развития его эмоциональной выразительности.

Деятельность в рамках данного проекта направлена на развитие у детей старшего дошкольного возраста способности к саморегуляции как один из шагов укрепления эмоционального здоровья, собственных состояний и регуляции своих эмоций и поведения в совместной деятельности. Дети осваивают элементарные навыки саморегуляции через цвет и форму, среди которых особое внимание уделяется способам управления эмоциями посредством творчества и искусства.

С учетом актуальности проекта мною разработан цикл занятий по содействию укрепления здоровья детей старшего дошкольного возраста через цвет и форму. Занятия проводятся как с детьми старшего дошкольного возраста, так и

совместно с родителями в виде ярких творческих встреч (творческих мастерских и мастер-классов) один раз в неделю. Творческие встречи с детьми проходят в групповой комнате, совместно с родителями в музыкальном зале.

Ресурсы обеспечения проекта:

Организационные: деятельность участников проекта регулируется в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МБДОУ №264, годовым планом и планом реализации проекта.

Информационные: научно-методическая литература, художественная литература.

Участники проекта: специалисты ДОУ (воспитатели, музыкальный руководитель, педагог-психолог)

Материально-техническое обеспечение: музыкальный центр.

План работ по проекту:

Сроки реализации с сентября 2023г. по май 2024г.

Подготовительный:

- изучение методических материалов
- оставление перспективного плана
- составление картотеки игр
- подбор дидактического материала
- презентация проекта родителям
- проведение диагностики в форме пед. Наблюдения

Практический:

- реализация перспективного плана
- проведение образовательной деятельности с детьми
- проведение детско-родительских творческих мероприятий

Заключительный:

- оценка эффективности реализации проекта

Оценка результатов реализации проекта:

- метод анкетного опроса

-беседы с родителями

-учет участия родителей в мероприятиях

-пед. диагностика на начало реализации проекта и после реализации проекта

Распространение результатов проекта:

- Размещение на сайте ДООУ

-проведение семинаров и консультаций для педагогов ДООУ и педагогов других дошкольных учреждений г. Красноярска с предоставлением методических материалов, разработанных в рамках проекта.

Устойчивость проекта:

Возможные риски	Пути устранения рисков
Отказ ребенка от активного участия в занятиях	Позволить ребенку быть наблюдателем, не принуждать к активным действиям.
Родители не принимают участие в совместных занятиях	Презентация прошедших занятий, публичное обсуждение с участниками, отзывы родителей.

Бюджет проекта:

Используются имеющиеся материально-технические и информационные материалы.

Используемая литература:

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

Сергиенко Е. А. Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы/ Е. А. Сергиенко, Т. Д. Марцинковская, Е. И. Изотова и др.-М. : Дрофа, 2019. – 248 с. : ил. –(Российский учебник)

Князева О. Л., Стеркина Р. Б. К54 Я, ты, мы. Учебно-методическое пособие по социально-эмоциональному развитию детей дошкольного возраста.— М.: Дрофа, ДиК, 1999.— 128 с. — (Маленький человек и большой мир).

Дворецкая, И. А. Социально-эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. 6—7 лет : методическое пособие / И. А. Дворецкая, Е. В. Горинова, Н. Е. Рычка.

Приложение:

Перспективное планирование по Укреплению эмоционального здоровья детей
старшего возраста через цвет и форму

Занятие	Цель	Планируемые результаты	Оборудование и материалы (самостоятельная деятельность)	Совместная деятельность (Виды деятельности. Игры)	Взаимодействие с родителями
Приключение на холсте.	Цель: Создание условий для понимания ребенком того, что произведения искусства могут передавать разные эмоциональные состояния.	Ребенок знаком с эмоциями удивления и интереса; освоил некоторые художественные приемы передачи эмоций с помощью цвета, формы; может обсуждать свое эмоциональное состояние с близкими.	Репродукции картин: «Серое дерево» П. Мондриана, «Абстрактная композиция» В. Кандинского, «Большая голубая» Б. Райли. ленты на палочке (по одной на пару), цветные карандаши, бумага для рисования 8*12см, краски, фартук, стаканчики-непроливайки, кисти для рисования, Беседа обсуждение.» Какие у вас сейчас эмоции?» Творческая мастерская «Картина эмоций»	Игра: «Приключение ленты». Цель: Расширять словарь эмоций: удивление, интерес. Образовательная ситуация: «Радостные и грустные линии». Цель: Помочь ребенку определить и графически изобразить эмоцию. Творческая работа: «Превращение линии» Цель: Создать условия для творческого экспериментирования средствами графического изображения. Развивать умения ребенка передавать свои эмоции в творческой работе через цвет и форму.	«Молекулы красок» Цель: Развивать умения выражать эмоции через нетрадиционные техники рисования. Способствовать развитию умения ребенка обсуждать свое эмоциональное состояние с членами семьи.
Встреча с ожившей картиной.	Цель: Создание условий для развития ребенка умения понимать и называть эмоции при про-	Ребенок расширил представление об эмоциях удивления и интереса; может определять и называть	Репродукции картин: «Купчиха за чаем» Б. Кустодиева, «Дети» В. Серова, «Кошка поймавшая птицу» П. Пикассо, «Набе-	Упражнение: «Загадочный конверт». Цель: способствовать расширению словаря эмоций: интерес удивление. Развивать умения различать и называть эмоции.	«Семейная ожившая картина» Работа в пособии (задание 3) Цель: Способствовать разви-

	смотре художественных произведений.	эмоции героев картин художников; Умеет определять свои эмоции с помощью цвета и формы в творческой работе.	докурили со-рванцы» И. Горихова, цветные карандаши, бумага для рисования 20*10см, краски, фартук, стаканчики-непроливайки, кисти для рисования, наклейки с эмоциями.	Образовательная ситуация: «Ожившая картина» Введение в тему занятия. Цель: Помочь ребенку почувствовать какие эмоции возникают при просмотре художественных произведений. Развивать умения ребенка называть эмоции героев. Творческая работа: «Эмоции в красках» Цель: Развивать умения ребенком передавать свои эмоции через цвет и форму в творческой работе.	тию умения обсуждать свое эмоциональное состояние с членами семьи
Мой разноцветный день. Творческое выражение эмоций, как способ саморегуляции	Цель: Создание условий для развития у ребенка умений передавать свои эмоции через изобразительную деятельность.	Ребенок может ассоциировать эмоции с цветом; может творчески изобразить эмоции на рисунке; может создать рисунок своего дня, отражающий его эмоции.	Краски, кисти для рисования, стаканчик-непроливайка, фартуки, цветные карандаши.	Игровое задание: «Палитра и краски». Цель: Дать представление о рисовании как одном из способов выражения эмоций. Творческое задание: Мой разноцветный день на холсте. Цель: Помочь ребенку создать рисунок своего дня, отражающий его эмоции.	«Приключение губки на листе». Цель: Развивать умения передавать эмоции через изобразительную деятельность. Содействовать пониманию многообразия эмоций в семье.
Моя дорога	Цель: Создание условий для формирования образа Я и расширения представлений ребенка о его прошлом, настоящем и будущем.	Ребенок знает базовые эмоции: радость, грусть, страх, злость, удивление, интерес и выражает их мимикой.	Цветные карандаши	Игровое упражнение: «Угадай по писанию» Цель: Формировать чувство сопричастности к коллективу. Творческая работа: «Моя дорога» Цель: Формировать представление о прошлом, настоящем и будущем.	Я -портретист". Цель: Способствовать осознанию ребенком собственной индивидуальности в семье.

		<p>Может находить партнеров для своих любимых занятий</p> <p>Начинает ориентироваться в своем прошлом, настоящем, будущем</p>			
<p>Где стоит буква "Я" в алфавите?</p> <p>Правила взаимодействия в группе.</p>	<p>Создание условий для расширения представлений о правилах взаимодействия в группе.</p>	<p>Ребенок описывает ситуации на картине и определяет эмоции детей, понимает их причины.</p> <p>Анализирует ситуации.</p>	<p>Картина «Что произошло»</p> <p>Лист бумаги ½ А4, краски, кисти</p>	<p>Образовательная ситуация: Работа по картине : "Что произошло"</p> <p>Цель: развивать умение описывать ситуацию и определять эмоции.</p> <p>Творческая работа: Рисование "Рисование- выдувание"</p> <p>Цель: развивать умение изображать эмоции на портрете</p>	<p>Рисование "Рисование- выдувание"</p> <p>Цель: развивать умение изображать эмоции на портрете.</p>
<p>Пищу свое первое письмо.</p> <p>Многообразие эмоций.</p>	<p>Создание условий для развития умения передавать эмоции через письменную речь и изображения.</p>	<p>Ребенок может вести беседу, опираясь на свои знания и эмоции.</p> <p>Распознает и называет эмоции героев мультфильма.</p> <p>Передает образы и эмоций через рисунок</p>	<p>Мультфильм «Слоненок и письмо» (Союз мультфильм, 1983), цветные карандаши, конверт для каждого ребенка, картинки, иллюстрирующие первые письма.</p>	<p>Просмотр мультфильма «Слоненок и письмо». Цель: Развивать умение распознавать и называть эмоции героев мультфильма.</p> <p>Творческая работа: Рисование. «Необычное письмо».</p> <p>Цель: Развивать умение передать образы и эмоции через рисунок.</p>	<p>«Семейное послание». Цель: Способствовать укреплению эмоционального взаимопонимания в семье.</p>
<p>Скучное я делаю интересным.</p>	<p>Создание условий для стимулирования интереса к творчеству, развития умения</p>	<p>Ребенок может говорить о своих эмоциях при просмотре</p>	<p>Репродукции картин «Портрет» Роя Лихтенштейна, «Ангел» Пауля Клее, «Портрет» Джузеппе</p>	<p>Беседа: "Скука и интерес"</p> <p>Цель: Развивать у ребенка умение обсуждать свое эмоциональное состояние при</p>	<p>Мраморная картина.</p> <p>Цель: Развивать интерес ребенка к твор-</p>

Искусство – источник эмоций.	управлять эмоциями через творчество.	произведений искусства. Передает свои эмоции в творческой работе через цвет и форму.	Арчибальда, «Разные торты» Уэйна Тибо, природные материалы: камни, палочки, шишки, желуди, цветные мелки.	просмотре произведений искусства. Игра " Картина из камней" Цель: Развивать у ребенка умение воплощать свои эмоции посредством творческой деятельности.	ческой и исследовательской деятельности.
Мое ателье цвета . Искусство – источник эмоций.	Создание условий для развития эмоционального восприятия цвета и творческого экспериментирования с цветом и формой.	Ребенок может показывать эмоции через пантомиму и называть их причины. Выражать эмоции, используя цвет и форму.	Репродукция картины Василия Кандинского «Беспредметное» (1917), цветная пастель.	Обсуждение: "Беспредметность". Цель: Развивать умение описывать картину на языке эмоций. Творческая мастерская: "Форма и цвет". Цель: Развивать умение выражать эмоции с помощью цвета.	Мыльная картина" (вода, шампунь, акварельная краска). Цель: Создать условия для совместного семейного творчества.
Я могу рисовать свои эмоции.	Создание условий для развития умения определять эмоции, использовать цвет для выражения эмоций в творческой работе.	Ребенок передает свои эмоции через цвет в творческой работе; Рассказывает о своих эмоциях при просмотре фрагмента фильма; Определяет эмоции детей на картинках.	Бумага А4, цветная пастель.	Беседа « Зачем люди рисуют природу?» Цель: Введение в тему. Развивать умение ребенка рассказывать о природных цветах. Творческое задание: «Пейзаж настроения» Цель: Развивать умение ребенка передавать свои эмоции через цвет в творческой работе. Коммуникативная деятельность « Парк» Работа с игровым комплексом . Развивать умения определять эмоции детей на картинках.	Просмотр и обсуждение фрагмента « Фильм о природе» Цель: Помочь ребенку почувствовать, какие эмоции возникают при просмотре фрагмента фильма.
Удивительные игры с искусством .	Создание условий для выражения эмоций ребенка через занятия творчеством.	Создание условий для выражения эмоций ребенка через занятия творчеством.	Фрагмент фильма « Как оживает фотография» (с использованием снимков Эдварда Майбриджа), картины Бриджет Райли	Введение в тему: « Картинка двигается» Цель: Познакомить ребенка с оптической иллюзией. Творческая работа: «Птица Пикассо»	«Шедевры оптической» иллюзий. Изготовление волчка Цель: вовлечь в совместную де-

			« Движение в квадратах» (1961) и Френка Стеллы « Без названия», цветные карандаши.	Цель: Развивать умение работать в команде.	ятельность родителей и детей.
--	--	--	--	--	-------------------------------



Мой разноцветный день



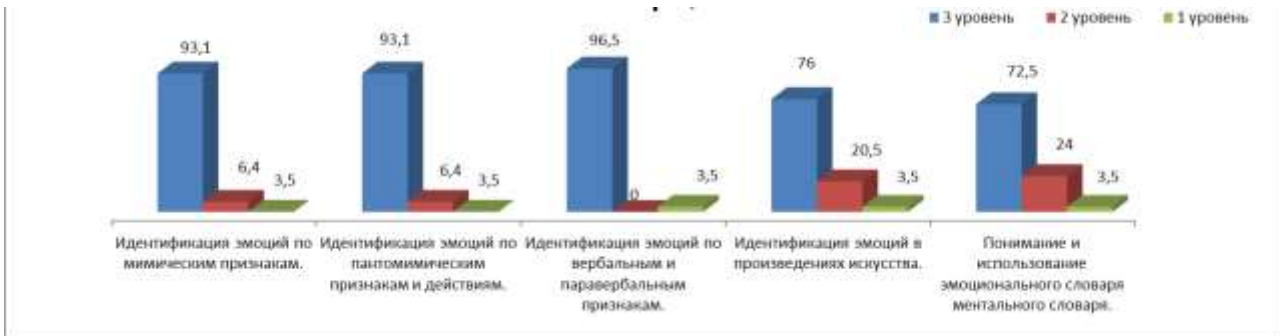
Приключение линии на холсте





Моя картина эмоций

Эмоциональная регуляция ноябрь 2023г.



Эмоциональная регуляция май 2024г.

