



**Государственного бюджетного учреждения
дополнительного профессионального педагогического образования
центра повышения квалификации специалистов
«Информационно-методический центр»
Московского района Санкт-Петербурга.**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБУДППО ЦПКС
ИМЦ Московского района Санкт-Петербурга

Протокол №

от «__» _____ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДПО ЦПКС ИМЦ
Московского района Санкт-Петербурга

_____ И.Г. Лужецкая

Приказ №

от «__» _____ 2023 г.

Дополнительная профессиональная программа

(повышения квалификации)

**«Программа профилактики синдрома профессионального выгорания у
педагогов «Творим красоту вместе»**

(наименование программы)

36 часов

Автор (составитель):

Яковлева Ольга Игоревна,
преподаватель ГБУ ДПО ЦПКС ИМЦ
Московского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель

Цель программы: приобретение компетенций в области изобразительной деятельности с целью занятий изобразительным творчеством для гармонизации эмоционального и физического состояния педагога .

1.2. Планируемые результаты обучения.

В результате освоения программы обучающиеся должны познакомиться с основами рисунка: построением предмета на плоскости и в пространстве, основами линейной и воздушной перспективы, созданием светотеневой моделировки предмета, линией и пятном; основами живописи: цветоведением, правилами смешения цветов, путями создания воздушной перспективы путём соблюдением правил теплостойкости; основами композиции, в том числе декоративной. Также обучающиеся должны знать различные материалы, применяемые в изобразительной деятельности, правила и способы их применения.

В результате освоения программы обучающиеся смогут: выполнять простую композицию на заданную тему, правильно применять законы линейной и воздушной перспективы, изображать предметы в пространстве, грамотно передавать форму предмета, создавать объём предметов с помощью светотеневой моделировки, правильно смешивать цвета, грамотно применять холодные и тёплые цвета, выполнять декоративную композицию, правильно держать кисть, выбирать материалы в соответствии с поставленным заданием, применять художественные материалы в соответствии с их свойствами.

1.3 Категория слушателей: педагогические работники ОУ района.

1.4 Форма обучения - очная с применением ДОТ

1.5 Срок освоения программы: 36 часов

1.6 Требования к уровню подготовки слушателей (*уровень имеющегося профессионального образования - среднее профессиональное образование, занимаемая должность – все работники ОУ, входной контроль– анкета*).

2 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебный план программы повышения квалификации

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы аттестации и контроля знаний
			Лекции	Практическая работа	Самостоятельная работа «Д/Э»	
1	Творчество, как профилактика синдрома профессионального выгорания педагога.	2	1		1	Д Эссе
2	Великие художники, не имевшие профессионального художественного образования	2	1		1	Д Эссе
3	Пейзаж «Последний снег» в живописи	4	1	3		Выставка творческих работ
4	Пейзаж в графике с использованием кофе	4	1	3		Выставка творческих работ
5	Винтажная графика «Цветы»	4	1	3		Выставка творческих работ
6	Пейзаж «Зима» в графике карандашом	4	1	3		Выставка творческих работ
7	Пейзаж в живописи «Море»	4	1	3		Выставка творческих работ
8	Графические работы в нетрадиционной технике. Монотипия.	4	1	3		Выставка творческих работ
9	Рисование цветов в графике	4	1	3		Выставка творческих работ
10	Портрет человека в графике	2		2		Выставка творческих работ
	ИТОГО	36				
	Итоговая аттестация	2				

- «Д/Э» - с применением электронного, дистанционного обучения.

- «Д» - контроль с использованием дистанционных образовательных технологий.

2.2. Рабочая программа курса, дисциплины, модуля и т.д.

№ п/п	Наименование компонентов	Умения и знания
1.	<p>Наименование темы: «Творчество, как профилактика синдрома профессионального выгорания педагога». Лекция 1 час, самостоятельная работа 1 час «Д/Э».</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none">-причины, приводящие к профессиональному выгоранию: интенсивность и сложность работы, приводящая к увеличению нервно-психологического напряжения ,- использование творчества в 2-х направлениях: профилактика профессиональных заболеваний при определённых видах работ, занятие рукоделием в качестве арттерапии. <p>Вопрос для самоконтроля: какие проблемы решает искусство.</p>	<p>Должен уметь: находить информацию по теме.</p> <p>Должен знать роль творчества в сохранении здоровья человека.</p>
2.	<p>Наименование темы: «Великие художники, не имевшие профессионального образования». Лекция 1 час., самостоятельная работа 1 час «Д/Э».</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none">- творчество Поля Гогена, Винсента ван Гога, Анри Руссо, Фриды Кало, Мориса Утрилло.	<p>Должен уметь находить необходимую литературу, работать с информацией.</p> <p>Должен знать основные направления искусства конца 19-начала 20 века.</p>
3.	<p>Наименование темы: Пейзаж «Последний снег» в живописи . Лекция – 1 ч., практическая работа – 3 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none">- линейная перспектива,- воздушная перспектива,- изображение деревьев разных пород,- правила смешения цветов. <p>Вопросы для самоконтроля:</p> <ol style="list-style-type: none">1. способы создания иллюзии трёхмерного пространства на листе,2. характерные черты различных пород деревьев,3. холодные и тёплые цвета,4. правила смешения цветов.	<p>Должен уметь выбирать линию горизонта, изображать предметы на разном расстоянии (ближе-дальше), правильно изображать строение дерева, передавать различие в изображении деревьев разных пород, работать в акварельной технике по сырой бумаге, работать в технике гуаши с малым количеством воды, смешивать цвета, передавать удалённость предметов посредством цвета.</p>

	<p>Практическая работа: создание пейзажа в живописи по правилам линейной и воздушной перспективы.</p>	<p>Должен знать способы передачи пространства, характерные особенности изображения различных пород деревьев, правила смешения цветов, свойства материалов.</p>
4.	<p>Наименование темы: «Пейзаж в графике с использованием кофе». Лекция – 1 ч., практическая работа – 3 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - свойства кофе, как художественного материала, - особенности работы по влажной бумаге, - свойства влажной бумаги, - совмещение различных техник, - свойства гелевой ручки, как инструмента для выполнения графики, - перспектива, как способ передачи трёхмерности пространства. <p>Вопросы для самоконтроля:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. способы передачи трёхмерности пространства, 2. свойства влажной бумаги, 3. особенности кофе, как художественного материала, 4. передача деталей с помощью гелевой ручки, 5. материалы, дополнительно применяемые для усиления выразительности композиции. <p>Практическая работа: создание пейзажа «Последний снег» с применением кофе, гелевой ручки, белой гуаши.</p>	<p>Должен уметь передавать пространство на листе, грамотно смачивать лист бумаги, выполнять движение кистью в нужном направлении при нанесении кофе, выполнять рисунок гелевой ручкой, делать дорисовку гуашью.</p> <p>Должен знать способы передачи пространства на листе, свойства художественных материалов: кофе, гелевой ручки, гуаши, отличие кофе, как материала, от акварели и гуаши, влияние интенсивности смачивания на композицию пейзажа.</p>
5.	<p>Наименование темы: «Винтажная графика «Цветы»». Лекция – 1 ч., практическая работа - 3ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перспектива круга, - построение цветка по правилам линейной перспективы, - создание иллюзии объёма, - угловая композиция, - заливка акварелью, как дополнение композиции. <p>Вопросы для самоконтроля:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. способы создания равновесной угловой композиции, 2. перспективное превращение круга, 3. способы грамотного выполнения штриховки, 4. правильная тонировка акварелью, 5. заполнение пространства листа. 	<p>Должен уметь грамотно заполнять пространство листа, выполнять рисунок цветка в перспективе, владеть гелевой ручкой, как инструментом для графики, грамотно тонировать рисунок акварелью.</p> <p>Должен знать способы построения окружности в перспективе, способы передачи объёма с помощью штриховки, способ тонировки рисунка акварелью, не закрывая штриховку.</p>

	Практическая работа: создание угловой композиции с цветами в различных ракурсах в графике гелевой ручкой с лёгким тонированием акварелью, с включением элементов пейзажа .	
6.	<p>Наименование темы: «Пейзаж «Зима» в графике карандашом». Лекция – 1 ч., практическая работа – 3 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - композиция, - выбор материалов для выполнения графической работы, - передача объёма путём светотеневой моделировки. <p>Практическая работа: создание пейзажа «Снежная зима» на бумаге для акварели простым карандашом твёрдой мягкости.</p>	<p>Должен уметь передавать глубину пространства, передавать объём предметов путём светотеневой моделировки.</p> <p>Должен знать свойства материалов</p> <ul style="list-style-type: none"> - бумаги для акварели и карандаша твёрдой мягкости, <p>последовательность построения композиции пейзажа, правила выполнения штриховки с целью передачи объёма предмета.</p>
7.	<p>Наименование темы: «Пейзаж в живописи «Море»». Лекция – 1 ч., практическая работа – 3 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - морской пейзаж в истории мирового искусства, - рисование волны, - композиция морского пейзажа, - выбор материалов для работы, - выбор техники исполнения пейзажа. <p>Практическая работа: создание морского пейзажа в живописи.</p>	<p>Должен уметь находить необходимые репродукции картин, делать подготовительные зарисовки, передавать пространство на листе, передавать конструкцию волны, работать в технике акварели и гуаши.</p> <p>Должен знать источники информации для нахождения необходимых репродукций картин, примеры морских пейзажей из произведений мировой живописи, последовательность создания подготовительных зарисовок , способы передачи конструкции формы волны, свойства акварели, гуаши, ватмана, бумаги для акварели, способы передачи пространства на листе.</p>
8.	<p>Наименование темы: « Графические работы в нетрадиционной технике. Монотипия». Лекция – 1 ч., практическая работа – 3 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - свойства материалов, - технология создания отпечатка с помощью тонкого полиэтилена. 	<p>Должен уметь выбирать полиэтилен нужной толщины, накладывать полиэтилен на смоченный лист, видеть различие отпечатков, полученных на разных видах бумаги, правильно смачивать</p>

	<p>Практическая работа: создание монотипно-разового отпечатка с помощью тонкого полиэтилена с последующей доработкой.</p>	<p>лист бумаги, определять количество времени, необходимого для высыхания листа, находить образ в созданном отпечатке, дополнять полученный отпечаток графическим рисунком. Должен знать свойства материалов – тонкого полиэтилена, ватмана, бумаги для акварели, глянцевой бумаги, акварели, гуаши, как определить количество времени, необходимого для получения отпечатка, правила доработки композиции с помощью графических методов.</p>
9.	<p>Наименование темы: «Рисование растений». Лекция – 1 ч., практическая работа - 3 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы: - конструкция цветка, - выбор необходимых материалов для выполнения работы. Практическая работа: создание композиции «Букет».</p>	<p>Должен уметь видеть простейшие геометрические тела в форме цветка, преобразовывать форму в определенный цветок, выбирать материалы, необходимые для выполнения работы, находить информацию о строении цветка. Должен знать простейшие геометрические тела, способы преобразования формы, свойства художественных материалов, правила построения форм различных цветов.</p>
10.	<p>Наименование темы: «Рисование портрета человека». Практическая работа – 2 ч.</p> <p>Вопросы, раскрывающие содержание темы: - правила построения портрета человека, - способы передачи эмоций, - создание образа, - выбор художественных материалов для работы. Практическая работа: «Портрет Весны».</p>	<p>Должен уметь строить портрет человека, передавать эмоции, выбирать необходимый художественный материал для работы. Должен знать пропорции лица человека, способы передачи эмоций, свойства художественных материалов.</p>

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

3.1. Форма промежуточной аттестации – выставка творческих работ.

3.2. Форма итоговой аттестации – представление портфолио работ, анализ достижений, обсуждение результатов обучения.

3.3. Наименование раздела учебного курса, дисциплины, модуля (текущий контроль, промежуточная аттестация)

«Творчество, как профилактика синдрома профессионального выгорания педагога» - эссе, обсуждение.

«Великие художники, не имевшие профессионального образования» - эссе, обсуждение.

«Пейзаж «Последний снег» в живописи» - выставка творческих работ, обсуждение.

«Пейзаж в графике с использованием кофе» - выставка творческих работ, обсуждение.

«Винтажная графика «Цветы»» - выставка творческих работ, обсуждение.

«Пейзаж «Зима» в графике карандашом» – выставка творческих работ, обсуждение.

«Пейзаж в живописи «Море»» - выставка творческих работ, обсуждение.

«Графические работы в нетрадиционной технике. Монотипия» - выставка творческих работ, обсуждение.

«Рисование растений» - выставка творческих работ, обсуждение.

«Рисование портрета человека» - выставка творческих работ, обсуждение. Общая выставка творческих работ, анализ достижений.

3.4. Паспорт комплекта оценочных средств:

Наименование темы	Назначение	Форма аттестации	Критерии оценки
Творчество, как профилактика синдрома профессионального выгорания педагога	промежуточная аттестация	эссе	Правильный выбор предложенных определений/ высказываний: Зачёт/незачёт
Великие художники, не имевшие профессионального образования			
Пейзаж «Последний снег» в живописи	промежуточная аттестация	выставка творческих работ	Правильность соблюдения законов линейной и воздушной перспективы, грамотное владение художественными материалами, правильное построение силуэтов деревьев. Зачёт/незачёт
Пейзаж в графике с использованием кофе	Промежуточная аттестация	выставка творческих работ	Правильность соблюдения законов линейной и воздушной перспективы, грамотное владение художественными материалами. Зачёт/незачёт

Винтажная графика «Цветы»	Промежуточная аттестация	Выставка творческих работ	Правильность построение угловой композиции, грамотное владение художественными материалами. Зачёт/незачёт
Пейзаж «Зима» в графике карандашом	Промежуточная аттестация	Выставка творческих работ	Правильность соблюдения законов линейной перспективы, правильность выполнения штриховки, правильность передачи объёма предметов Зачёт/незачёт
Пейзаж в живописи «Море»	Промежуточная аттестация	Выставка творческих работ	Правильность соблюдения законов линейной и воздушной перспективы, грамотное владение художественными материалами, создание объёмного изображения Зачёт/незачёт
Графические работы в нетрадиционной технике. Монотипия	Промежуточная аттестация	Выставка творческих работ	Создание чёткого отпечатка, правильность доработки. Зачёт/незачёт
Рисование растений	Промежуточная аттестация	Выставка творческих работ	Передача конструкции цветка. Зачёт/незачёт
Рисование портрета человека	Итоговая аттестация	Представление портфолио работ	Соответствие творческих работ заявленным темам Зачёт/незачёт

3.5. Итоговая аттестация .

Представление портфолио работ. Обсуждение. Выводы: достижения, что освоено, над чем надо работать, планирование самостоятельной работы.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия: аудиторный фонд, проекционный экран, мультимедийный проектор, компьютер, учебно-наглядные пособия, электронно-образовательные ресурсы, планшеты для черчения формата А3, папки для акварели формата А3, кисти №5 и №2, простые карандаши твёрдой мягкости, стирательные резинки, точилки, гелевые ручки чёрные, гуашь «Мастер-класс», акварель «Сонет», полиэтиленовые мешки для мусора, пластмассовые палитры, баночки для воды.

Перед освоением Программы слушатель получает оригинальный пароль – доступ к учебным материалам, предназначенным для дистанционного обучения. Учебно-методический комплекс размещен на образовательном портале курсовой подготовки ГБУ ДППО ЦПКС ИМЦ Московского района Санкт-Петербурга. Слушатель изучает предоставленные материалы в виде презентаций, текстовых и других электронно-образовательных ресурсов. Специалисты сопровождения образовательного процесса и преподаватель проводят индивидуальное сопровождение каждого слушателя.

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Литература

1. Профилактика профессионального выгорания у педагогов : методическое пособие / Департамент образования Вологод. обл., Вологод. ин-т развития образования ; [сост.: И.В. Фокина, М.О. Цатурян]. – Вологда: ВИРО, 2018. – 36 с. : табл. – (Сер. «На пути к эффективной школе»).
2. Удинкан И. А. Эмоциональное выгорание педагогов и способы его преодоления / И. А. Удинкан, Н. Н. Величко // Психология профессиональной деятельности: проблемы, приемы, ресурсы. – 2019. – № 1. – С. 493-500.
3. Тимошенко А. В. Психологическая профилактика профессионального выгорания / А. В. Тимошенко // Научные достижения и открытия. – 2019. – № 1. – С. 205-209.
4. Соболев, В. В. Коррекция и профилактика синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности педагогов / В. В. Соболев // Символ науки: международный научный журнал. – 2019. – № 1. – С. 121-125.
5. Неретина Т. Г. Музыкотерапия и изотерапия как средство профилактики и преодоления эмоционального выгорания педагогов / Т. Г. Неретина // Научно-методический электронный журнал концепт. – 2016. – № 15. – С. 301-305
6. Мезенцева О. И. Возможности коррекции синдрома эмоционального выгорания воспитателей ДОУ средствами арт-терапии / О. И. Мезенцева // Вопросы педагогики. – 2020. – № 3. – С. 157-160.
7. Логвиненко Г.М. Декоративная композиция: учебное пособие для студентов вузов ,обучающихся по специальности «Изобразительное искусство».- М.,:ВЛАДОС, 2005.-144с.:ил.
8. Голубева О.А. Основы композиции: учебное пособие.-Москва, издательский дом «Искусство»,2004.-120 с., ил.
9. Ли Н.Г. Рисунок. Основы учебного академического рисунка, ЭКСМО, 2021.-480 с.:ил.
10. Могилевцев В.А. Основы живописи: учебное пособие.- СПб: 4арт,2012.-96с.:ил.

Электронные ресурсы:

https://docs.yandex.ru/docs/view?url=ya-browser%3A%2F%2F4DT1uXEPRrJRXIUFoewruORzq9cSeHk3PLO3TQumEfPETQ2gOdiXNeIvmPn6QKE3s6C5EwcFy8GYuUPHkBakZt49my4dWjZrEgRPct4keYnPXOnJP8QWGFtVXMWZhOKGw3Gzq2GUVEbklyZ1Bv0YKq%3D%3D%3Fsign%3D8NPJqSSYIFXzZiXmWjKGz27UC24_8IC6cLmuO39vCUo%3D&name=phpadUdUB_Tvorchestvo.docx&nosw=1

<http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/8944/2/Kuriez2.pdf>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2020/09/22/programma-profilaktiki-i-korreksii-emotsionalnogo-vygoraniya-dlya>

<https://e-koncept.ru/2016/86961.htm>

<http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/8944/2/Kuriez2.pdf>

https://lectoroom.com/courses/basewatercolor?_openstat=ZGlyZWN0LnlhbmRleC5ydTs3NzQ0Nzg2MTsxMzA0NzM1MzY5Njt5YW5kZXgucnU6cHJlbW11bQ&yclid=11454869123324706815