

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новоалексеевская школа Волновахского муниципального округа»
Донецкой Народной Республики

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол от "27" августа
2024 г. №1

Руководитель ШМО

Кибкало О.С.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР

« ___ » _____ 2024 г

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора школы

Грищенко Г.А.

Приказ от "28" августа
2024 г. № 6



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Арт-терапия»
для обучающихся 5 класса

Рабочую программу разработала
Кибкало Оксана Сергеевна
учитель английского языка

с.Новоалексеевка
2024-2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69676).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64101)
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69675)
7. Письмо Министерства просвещения РФ от 5 июля 2022 г. N ТВ-1290/03 "О направлении методических рекомендаций"
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).
9. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Программа занятий «Арт-терапия для 5-9 классов» основана на комплексном подходе, имеет индивидуальную коррекционно-развивающую направленность и ориентирована не столько на прямую передачу детям специальных умений и навыков, сколько на решение задач активизации их внутреннего потенциала, повышения мотивации к различным видам художественной деятельности, развития творческой активности, формирования адекватного межличностного поведения и конструктивного общения на основе эмоционально-значимой деятельности.

Программа разработана и реализована в рамках МБОУ «Новоалексеевская школа», в котором каждому обучающемуся предоставлена возможность попробовать себя в разных видах деятельности, выбрать наиболее интересное, открыть для себя «новые горизонты» в творчестве. Деятельность ведется по нескольким направлениям: социально-педагогическая, физкультурно-спортивная, художественная, научно-техническая, естественно-научная. Осуществляется работа психологической службы: диагностика, проведение тренинговых и развивающих занятий, консультирование родителей.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Воспитательная деятельность в общеобразовательной организации планируется и осуществляется в соответствии с приоритетами государственной политики в сфере воспитания, установленными в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р). Приоритетной задачей Российской Федерации в сфере воспитания детей является развитие высококонкретной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

Одним из основных направлений воспитательной деятельности общеобразовательной организации в соответствии с ФГОС является **физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия** — развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях, осознание ценности жизни; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать адекватные языковые средства для выражения своего состояния.

Существуют факторы внутришкольной среды, влияющие на здоровье ученика: дефицит двигательной активности, недостаток релаксации во время пребывания в школы, интенсификация образования, введение средств обучения, основанных на новых информационных технологиях.

Анализ состояния здоровья наших обучающихся и возможных причин, влияющих на его уровень, показал необходимость использование арт – технологий на классных часах, и на занятиях по внеурочной деятельности.

Таким образом, занятия по внеурочной деятельности с использованием арт- терапии могут и должны консолидировать усилия обучающихся в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития.

Арт-технологии - это творческая инициатива по оказанию психосоциальной поддержки детям, которые пострадали в результате серьезного хронического заболевания или стресса. Эта технология использует искусство, чтобы помочь детям вызвать и понять чувства, связанные с их опытом. Процесс выздоровления начинается, когда ребенок делится своими воспоминаниями и чувствами, устно или с помощью художественного выражения, со взрослым, которому он доверяет, который сочувствует ребенку,

слушает, не осуждает. Конечным результатом является ребенок, который чувствует себя менее одиноким, имеет больше связей со своими сверстниками, чувствует себя в безопасности среди взрослых, которым доверяет, в жизни и в более широком сообществе. Таким образом, это приводит к уверенности в себе и большей защищенности, делая каждого ребенка более опытным и стремящимся учиться.

Во время арт-терапии, рисует ли ребенок, поет или танцует, само занятие является более важным, фактическим, чем рисунок, песня или танец, которые он создает. Другими словами, это процесс, который имеет важное значение, и не обязательно должен быть получен конечный результат.

Педагог предоставляет материалы и структурирует виды творческой деятельности, слушает детей, когда они решают поделиться своими произведениями искусства и чувствами. Учитель поддерживает, но не исправляет и не оценивает ни одну из завершенных картин.

Суть арт-терапии, в частности творческой подход, в том, чтобы помочь детям справиться со стрессом, и учиться в интересной игровой форме.

Что мы понимаем под искусством?

Когда мы думаем об искусстве, многие из нас имеют в виду рисование и живопись, но есть многое другое: пение, танцы, игра на музыкальных инструментах, игра актеров, скульптурный пластилин, моделирование, рассказывание историй, кукольный театр, поэзия, литературное творчество. Все это играет свою роль, помогая детям развиваться познавательно, эмоционально и социально. "Искусство" способствует самовыражению. Именно поэтому эти формы искусства называются *экспрессивные искусства*.

- **Рисование** стимулирует концентрацию и позволяет детям сделать видимыми чувства, которые могут быть скрыты не только от других, но и от самих себя. Держание и контролирование мела, маркера или карандаша также способствует развитию мелкой моторики.

- **Раскрашивание** создает чувство свободы, когда дети приглашаются поэкспериментировать с цветами или открыть новые. Это также способствует развитию мелкой моторики.

- **Музыка** оказывает помощь детям, когда они проходят упражнения на расслабление во время творческой деятельности. Она также может предоставить им возможность найти свой собственный голос с помощью пения или игры на инструментах и способствует сплочению и координации коллектива, когда они поют вместе. Музыка также укрепляет математические навыки, поскольку дети учатся считать удары, запоминать ритмы и такты.

- **Танец** позволяет детям лучше расположить себя во времени и пространстве, и чувствовать себя присутствующим в своих телах и в настоящее время.

Физическое движение и равновесие также способствует развитию общих двигательных навыков и помогает укрепить математические навыки путем подсчета шагов и повторений ритмов.

- **Драма и рассказывание историй** дают возможность детям создавать истории и разыгрывать их в группе. Разыгрывание сюжетов может иметь характер глубокого исцеления и преобразования, способствовать развитию навыков решения проблем. Драма и повествование могут также способствовать укреплению грамотности, когда рассказы записываются при планировании выступления или создаются в виде книги с написанным текстом и нарисованными картинками.

Почему искусство?

В основе арт-технологии лежит техника активного воображения, которая предлагает учащимся возможность для самовыражения и самореализации через результаты своей творческой художественной деятельности. При воспроизведении и выполнении мероприятий искусства (будь то пение, живопись, танцы, или игра на сцене), дети:

- Повышают свою способность концентрироваться и работать в направлении цели
- Решают проблемы путем поиска альтернативных вариантов и делают выбор
- Обретают чувство мастерства путем достижения целей за счет собственных усилий
- Обретают уверенность в себе, а с ним, готовность к новым вызовам
- Освобождаются от напряжения и снижают тревогу путем направления энергии в конструктивную деятельность
- Обмениваются своими идеями
- Выражают чувства, о которых может быть трудно говорить
- Развивают мелкую и общую моторику

Развивают социальные навыки (слушание, обмен идей, общение по очереди, сотрудничество)

НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ

Данная программа направлена на всесторонние гармоничные развития личности ребенка через развитие способности самовыражения исамопознания, имеет социально-педагогическую направленность.

Низна програмы заключается в том, что в реализации программы могут принимать участие обучающиеся и их родители (законные представители), а также допускается тьюторское сопровождение детей. Это способствует расширению круга общения обучающихся, создаёт полноценную среду развития, помогает каждому ребёнку, найти своё особенное место в коллективе.

Программа является эмоционально – развивающей, что позволяет применять ее в дополнение к другим реализуемым программам образовательного учреждения.

ЗАДАЧИ

Предметные:

- формирование системы знаний, умений, навыков самовыражения средствами изобразительного искусства и обучение методам творческого самовыражения и общения;
- развитие интересов детей на основе занятий изобразительным искусством, развитие общих и специальных (творческих) способностей

Личностные:

- создание условий для нравственного развития личности;
- содействие процессам самопознания и саморазвития личности.
- развитие творческих (креативных) способностей.
- создание условий для развития общих познавательных способностей: восприятие, сенсомоторика, память, внимание, мышление, речь, воображение;
- развитие эмоционально-волевой

сферы. Метапредметные:

- формирование мотивов к познавательной творческой деятельности;
- формирование навыков исследовательской деятельности;
- создание условий для формирования детского коллектива, как средства развития личности.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- позитивные изменения в психологическом состоянии детей;
- развитие моторных способностей детей, через овладение ручными многообразными операциями, влияющими на их психофизиологические функции;
- освобождение ребенка от негативных переживаний (фобий, тревожности и т.п.), внутриличностных конфликтов;
- умение работать со своими переживаниями (анализ, реагирование,
- принятие и т.д.); раскрытие внутренних ресурсов ребенка;
- снижение эмоциональной тревожности;
- повышение самооценки
- развитие коммуникативных навыков.

Внеурочная деятельность с использованием арт-терапии могут и должны консолидировать усилия обучающихся в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития. Конечным результатом является ребенок, который чувствует себя менее одиноким, имеет больше связей со своими сверстниками, чувствует себя в безопасности среди взрослых, которым доверяет, в жизни и в более широком сообществе. Таким образом, занятия по арт-терапии приводят к уверенности в себе и большей защищенности, делая каждого ребенка более опытным и стремящимся учиться.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

Для оценки эффективности программы в начале и в конце занятий проводятся методики: тест П. Торренса «Закончи рисунок» (тест невербальной креативности) (Приложение 1), шкала самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан (Приложение 2). Программа предусматривает мониторинг образовательной деятельности обучающихся (Приложение 3) и мониторинг развития качеств личности обучающихся (Приложение 4). Данные мониторинги включают в себя предварительный (в сентябре), текущий (в декабре) и итоговый (в мае) контроль.

Форма подведения итогов реализации программы.

По окончании стартового уровня проводится психологическая диагностика, выявляющая уровень невербальной креативности и самооценки. Также в конце года проводится выставка работ обучающихся. По окончании базового уровня проводится психологическая диагностика, выявляющая уровень невербальной креативности и самооценки.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Длительность курса практических занятий составляет 34 часа. Режим занятий составляет: 1 раз в неделю. Необходимым требованием, предъявляемым к содержанию программы, является то, что оно должно быть насыщенно, интересно и эмоционально значимо для воспитанников, разнообразно по видам деятельности и должно удовлетворять потребностям каждого несовершеннолетнего ребенка в реализации своих желаний и возможностей. Структурной особенностью программы является модульно-тематическое планирование содержания занятий. Основные разделы программы группируются вокруг единой темы.

При реализации программы используются следующие техники работы,

как:

- изотерапия (рисование красками, цветными карандашами, монотипия);
- сказкотерапия (сочинение и проигрывание сказок);
- мандалотерапия (рисование в круге);
- музыкотерапия (прослушивание различной музыки, использование релаксационной музыки на занятиях);
- куклотерапия (изготовление кукол и проигрывание историй с ними);
- драматерапия (проигрывание историй с использованием наручных кукол, фигурок, изготовленных самостоятельно);
- лепка из глины, соленого теста, пластилина; аппликация, макетирование, коллаж и пр.
- танцевально-двигательная терапия (самовыражение через движение и танец).

Срок обучения: 1 год (34 занятий).

С какими проблемами можно работать с помощью арт-терапии?

1. Повышение самооценки и уверенности в своих силах.
2. Снижение уровня стресса.
3. Преодоление депрессивных состояний и тревожных расстройств.
4. Преодоление возрастных кризисов
5. Решение семейных конфликтов.
6. Повышение навыков коммуникации
7. Самопознание (процессы, помогающие лучше понять свои жизненные цели, желания).
8. Проработка психологических травм.

9. Преодоление фобий.

ПРИНЦИПЫ ИНТЕРПРЕТАЦИИ В АРТ-ТЕРАПИИ

Принцип детализации. мы обращаем внимание на каждую деталь в

арт-терапевтическом процессе: сочетаемость цветов, линии, детали. Понимание контекста. Разбор внутренних и внешних факторов: степень психологической защиты, мировоззрение ребенка. Важность феноменологического исследования. Внимание направлено на телесные ощущения — что человек проживает во время арт-терапии. Признание многозначности (содержательной поливалентности) образов — исследуем работу, которая происходит во время арт-терапевтической сессии. Чувства, ощущения, эмоции, воспоминания, которые возникают у ребенка. Вскрытие проблемного психологического материала с одновременным вниманием к внутренним ресурсам автора — важно показать человеку, каким потенциалом он обладает.

МЕТОДЫ АРТ_ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА

Изотерапия — рисование красками, карандашами, пальчиковыми

красками -

5 занятий

Сказкотерапия – чтение сказок, пересказ, сочинение собственных историй, в которых главный герой — сам ребенок 5 занятий

Песочная терапия - 5.

Куклотерапия –использование театра, пальчиковых кукол -5 занятий.

Коллажирование - 5 состоит в прикреплении (приклеивании) к какой-либо основе разнообразных материалов, отличающихся от нее по цвету и фактуре.

Глинотерапия - 5.

Музыкотерапия - 2.

Маскотерапия - 2.

ЗАНЯТИЯ ПО ИЗОТЕРАПИИ

Техника «Марания»

Техника «Монотипия»
 Техника «Рисование ладонками»
 Техника «Рисование поролоном»
 Техника «Пуантилизм»
 Техника «Кляксография» (выдувание трубочкой)
 Техника «Рисование клубком»
 Техника «Рисование по мокрому листу»
 Техника «Рисование историй»
 Техника «Парное рисование»
 Техника «Каракули или штриховка»
 Техника «Пластилиновая композиция»
 Техника «Мандала»
 Техника «Рисуем эмоции»
 Техника «Марания»

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить».

В данном случае, в условиях арт-сессии, речь идет о спонтанных рисунках детей школьного и младшего школьного возраста, выполненных в абстрактной манере, имеющих схожесть с рисунками доизобразительного периода. В технике «марания» отсутствуют структурированные изображения и сюжеты, зато есть самые различные сочетания отвлеченных форм и цветовых пятен. Достаточно широк выбор способов создания рисунков: это могут быть и ритмичность движения руки, и композиционная случайность нанесения мазков и штрихов, и размазывание и разбрызгивание красок, и нанесение множества слоев и смешивание цветов. Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. В ходе работы сам процесс «марания» порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребенку без опасений удовлетворить деструктивные влечения.

Краски инициируют спонтанность, помогают более открыто проявлять разнообразные эмоции, исследовать собственные

переживания. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: они могут замазывать краской вход в пещеру; брызгами, пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу.

У «мараний» нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки техники исключает и саму оценку работы. Хотя есть дети, которые не могут обойтись без оценок, внешних или внутренних, а потому выдвигают для себя и других собственные критерии. Например, привлекательность цветовой гаммы или аккуратность. В этих случаях навязывание оценки устраняется взрослым, в результате уходят напряжение, неопределенность, страх, сомнения. Нестандартность процесса приводит детей к собственным маленьким открытиям.

Техника «Монотипия»

«Монотипия» (от «моно» – один и греч. «τύπος» – отпечаток, оттиск, касание, образ) - это рисование на гладкой специально предназначенной поверхности, например, стекле, пластмассовой доске, толстой глянцевой бумаге с последующим отпечатыванием на обычной бумаге, затем дорисовка любыми материалами, придание объема, дополнение коллажем, изготовление рамки. Считается одной из простейших графических техник. Конечно, материал, на который наносится краска, не должен пропускать воду. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отображении. Всегда только один.

Замысловатые узоры, проявляющиеся на запечатанном материале, носят случайный характер и не могут быть в точности воспроизведены автором. В процессе выполнения работы происходит спонтанное самовыражение, актуализация чувств и эмоций, снятие напряжения, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности. Ребенку задается вопрос, какое из изображений нравится больше, выбранный вариант получает название и внимание автора, взрослого, других детей. Рисование ладошками и руками. Рисунок из отпечатков ладошки – это всегда очень удивительное и интересное зрелище. Детям, и взрослым, очень нравится наблюдать за тем, в какие порой превращаются привычные для нас очертания детских рук. Большой восторг вызывает у

детей и сам процесс создания рисунка.

Когда мы рисуем ладонками и руками, в работу включается множество чувствительных окончаний, которыми изобилует эта зона, поэтому ребенок не только получает удовольствие от занятия, но и активизирует множество участков коры головного мозга, что способствует его развитию.

Этот увлекательный процесс отлично развивает координацию, т.к. ребенок действует обеими руками, когда обводит ладонку. Из-за осознанного движения пальцами стимулируется речевое развитие детей. У леворуких детей такое рисование способствует полноценному развитию правой руки. Любая изобразительная деятельность развивает фантазию, пространственное и образное мышление, способствует эстетическому восприятию мира и усилению речевой активности.

Когда ребенок создает изображение, у него совершенствуются представления об окружающем мире. Он запоминает характерные особенности и детали предметов, овладевает изобразительными навыками, находит первые конструкторские решения.

Рисунки из отпечатков рук можно делать двумя способами: нанося краску на поверхность ладони кисточкой или окуная ладонку в предварительно размазанную по ровной палитре краску.

Первый способ больше подходит детям старшего возраста. Работая, таким образом, можно получить более точные и даже разноцветные отпечатки. Второй способ более доступен для малышей. Образы, полученные при помощи такой техники, могут быть самыми неожиданными.

Техника «Рисование поролоном»

Для развития воображения и художественного творчества важно, чтобы ребенок был знаком с образными изобразительными материалами и средствами. Поролоновая губка – прекрасное средство для детского рисования. Использование оттиска губкой дает возможность получить необычное изображение, что нельзя выполнить только кистью. Также развивает творческие возможности детей.

Рисование поролоновой губкой доступно даже малышам, так как позволяет быстро получить изображение, широкими мазками. Желание маленького ребенка рисовать ярко легко реализуется при использовании поролона. Дети раннего и младшего дошкольного возраста могут

рисовать с использованием трафарета. Взрослый изготавливает трафарет из картона, полиэтилена или пластика, а дети просто макают губкой внутри трафарета или вокруг силуэтного изображения из плотного материала печатают фон. Использование при рисовании губки позволяет передать шероховатость изображаемого, пушистость шкурки зверя, объёмность. Если гуашь густая, то контур будет резкий, чёткий. Если гуашь более водянистая, то получатся предметы с мягкими контурами, расплывчатые.

Из поролона можно вырезать фигуры (круги, квадраты, ромбики, звездочки, лепестки и т. п.). Чередую 2-3 фигуры младшие дошкольники могут печатать симпатичные узоры на одежде (сарафане, платке, скатерти, полотенцах для кукол, на открытках и приглашениях на детские праздники или составлять композицию (ромбик - лист или рыбка, круг - лепесток). Получаются интересные работы, если на губку сразу нанести 2 - 3 цвета.

Техника «Пуантилизм»

Рисование ватными палочками можно назвать одним из видов пуантилизма. Пуантилизм – это уникальное течение в живописи, которое в переводе с французского языка означает «писать по точкам». На первый взгляд (точечность), пуантилизм основан на строгой научной физико-математической базе, краски на палитре не смешиваются, яркие, контрастные цвета наносятся точками и подразумевается, что смешение красок происходит за счет оптического эффекта прямо на сетчатке глаза.

И если зритель смотрит на картину с близкого расстояния, то рисунок совсем не виден, но если глянуть издали, то сразу видна картина целиком. То есть, рисуя дерево, мы на ствол можем нанести красные, зелёные, жёлтые точки (получаем коричневый цвет, а крону нарисовать жёлтыми и синими точками) зелёный, или взять красный и жёлтый (осеннее дерево). Во время работы с детьми желательно подготовить несколько картин, созданных в технике пуантилизм, показать их, чтобы вызвать более глубокий интерес. При этом расстояние от одной точки до другой может быть большим, а можно, наоборот, располагать точки близко друг к другу. Детями обычно с радостью приветствуется техника рисования ватными палочками (или концом кисточки), так как можно одну и ту же картинку создать совершенно разными способами. При работе можно взять за основу шаблон и заполнить все детали рисунка

точками определенного цвета. Можно не заполнять весь рисунок, а сделать разноцветными точками только контур талей. Точками увлекательно дополнять уже готовые рисунки и шаблоны. Этот вариант особенно удобен для совсем юных художников. Несмотря на кажущуюся простоту, это тоже большой труд. Во время рисования в технике пуантилизм тренируются координация движений, точность и аккуратность, развивается мелкая моторика рук.

Техника рисования «Кляксография»

Нетрадиционная техника рисования «Кляксография» (выдувание трубочкой) — это очередное волшебство уроков рисования. Такое занятие для детей не только интересное, увлекательное, но и очень полезное. Так, как выдувание через соломинку укрепляет здоровье: силу лёгких и дыхательную систему ребёнка в целом. Для работы в данной технике нам понадобится: бумага, тушь или жидко разведенные в мисочке (или в маленьких флаконах) гуашевые или акварельные краски, пластиковая ложечка или пипетка, коктейльная трубочка, цветные карандаши, кисточка, краски для дорисовывания изображения. На лист наливается чуть-чуть краски, и дети дуют на капли, управляя их движением. Застенчивым детям такая игра придает уверенность в себе, заставляя капли краски двигаться по бумаге, им приходится дуть изо всех сил.

Техника «Рисование клубком»

Данная техника может использоваться для повышения самооценки детей с симптомом «не умею рисовать», развитие креативности, диагностика. В ходе работы психолог должен размотать клубок ниток и показать детям, как создать на полу или столе узоры или картины. Затем клубок берет по очереди каждый ребенок и, разматывая его, создает композицию, после чего проводится обсуждение. Вопросы для обсуждения: какие буквы ты здесь видишь;

какие

фигуры

ты

здесь

видишь;можешь ли ты здесь разобрать какие-либо цифры; какое блюдо здесь нарисовано; что напоминают тебе эти линии: людей, пейзажи, какие - нибудь события. В индивидуальном режиме эта техника может быть использована с агрессивными детьми, гиперактивными, легко отвлекаемыми и замкнутыми.

Техника рисования по мокрому листу

Используется для улучшения эмоционального фона, усидчивости и снятия стресса и напряжения, гармонизации эмоционального состояния, а также используется в работе с гиперактивными детьми. Техника эта довольно трудна из-за требуемой высокой скорости работы, но оправдывает себя – результат получается отличный и всегда непредсказуемый. Даже опытный художник, умеющий «подчинить» себе подобный способ рисования, не может знать, насколько точно воплотится его замысел. Кстати, именно от творческого замысла зависит, насколько мокрой должна быть бумага. Вообще детям нравится играть с растекающейся краской. Они с удовольствием размышляют, какое время года получается на картине.

Акварель вообще немыслима без воды, а в технике "А la Prima" (рисование по сырой бумаге) от воды, точнее, от ее количества, зависит исход всей работы.

Бумагу нужно не просто намочить, но еще и подождать, когда жидкость немного впитается. Можно начинать работать после того, как пропадет водянистый блеск. Если после впитывания на бумаге остались «лужицы», их можно убрать с помощью ватного тампона или губки. Чтобы бумага не высыхала слишком быстро, в воду добавляют немного глицерина, также можно подложить под лист влажный поролон. Рабочий лист рекомендуется располагать не горизонтально и не вертикально, а под небольшим углом.

Краски наносятся легкими единичными касаниями, на мокрой основе

они обязательно потекут в направлении, заданном художником. Направить движение краски можно с помощью сухой кисти, ей же можно ослабить цвет. А вот какой узор «подтека» получится - неизвестно. Этот элемент неожиданности придает технике непредсказуемость и некоторую

пикантность. При технике рисования «мокрым по мокрому» - соединение жидкой краски с влажным листом создает расплывчатые контуры, что только лучше для полета фантазии ребенка - он в течение всего занятия продолжает творить образы.

Когда ребенок добавляет новую краску к уже начатому рисунку, в его фантазии часто возникает новая смысловая связь, которую он потом развивает в последующем рисовании.

На мокром листе отдельные краски смешиваются и перетекают друг в друга во многих местах, и возникают промежуточные цвета - зеленый, оранжевый, коричневый, фиолетовый. Наблюдая за этими метаморфозами - дети радуются, удивляются: они - творцы, они - первооткрыватели! Так же как и в случае с игрой цвета на бумаге, ребенок с интересом будет наблюдать за постоянно меняющимся цветом воды в стаканчике, котором промываются кисти. Когда весь лист уже занят рисунком, и краски светятся и блестят благодаря присутствию в них элемента воды, у ребенка наступает пик «художественного» удовлетворения! Потом, когда картина уже убрана для просушки, она уже не представляет для ребенка такого интереса. Во время рисования или после его завершения - спросите ребенка о рисунке: какие цвета он считает особенно красивыми и какое содержание, сюжет он отразил в нарисованной картине. Это способствует активизации детского воображения.

Техника «Рисование истории»

Задачами данной техники являются диагностика, коррекция неадекватных моделей поведения, разрешение внутренних конфликтов, снятие эмоционального напряжения.

В ходе работы ребенку предлагается нарисовать иллюстрацию к какой-либо истории. Затем психолог проводит с ребенком обсуждение. Если предложенный ребенком сюжет носит проблемный характер, ему предлагается нарисовать рисунок на тему, например, «Если бы эта история продолжилась, то как бы развивались события?» или «Что бы ты изменил в этой истории к лучшему?» и т.п. Следующие рисунки создаются по принципу комиксов, пока проблемная ситуация не разрешится. После каждого рисунка педагог проводит обсуждение.

Техника «Рисование пальцами»

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила. Сам процесс рисования пальцами часто небезразличен ребенку, и каждое последующее рисование не похоже на предыдущее. Всякий раз происходит по-новому: выбирается другой цвет, соотношение линий, темп, ритм и т.д. Потому результат манипуляций с краской может быть непредсказуем: неизвестно, какое изображение получится в итоге. Но далеко не все дети по собственной инициативе переходят на рисование пальцами. Некоторые, по про-

бовав

этот способ, возвращаются обратно к кисти или губке, как к более привычным средствам изображения. Некоторым ребятам сложно приступить к рисованию пальцами. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее когнитивное развитие, а также те, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Техника «Рисование пальцами»

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила. Сам процесс рисования пальцами часто небезразличен ребенку, и каждое последующее рисование не похоже на предыдущее. Всякий раз происходит по-новому: выбирается другой цвет, соотношение линий, темп, ритм и т.д. Потому результат манипуляций с краской может быть непредсказуем: неизвестно, какое изображение получится в итоге. Но далеко не все дети по собственной инициативе переходят на рисование пальцами. Некоторые, попробовав этот способ, возвращаются

обратно к кисти или губке, как к более привычным средствам изображения. Некоторым ребятам сложно приступить к рисованию пальцами. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее когнитивное развитие, а также те, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Техника «Мандала»

Цель: расшифровка (диагностика) и коррекция эмоционального состояния ребенка. Материалы: листы А4 или А3, средства рисования, заготовки в виде круга, ноутбук или ПК.

Техника очень информативная, ресурсная. Это мягкий способ диагностики состояния ребенка. Своеобразный автопортрет личности, который расскажет об отношении к самому себе, к миру и к окружающим.

Правила работы с детьми

Предоставьте ребенку право выбрать из набора заготовок мандалу, которая ближе ему по настроению. Предложите ребенку самостоятельно выбрать материалы для работы и цветовую гамму. Практикуйте использование музыкального сопровождения — тихую медитативную музыку для фона. Не вмешивайтесь в работу ребенка без его согласия. Помните: мы следуем за ребенком, находимся чуть в стороне и наблюдаем за ним. Не высказывайте оценочные комментарии по поводу работы. То, что сделал ребенок самостоятельно — это та информация, которая поможет вам увидеть его состояние и проблемы.

Задачи, которые можно решить с помощью техники «Мандала»
Обогащение эмоционально-образной сферы детей. Снижение тревожности, преодоление страха и неуверенности, повышение самооценки. Развитие художественного мышления, фантазии и воображения. Владение изобразительными навыками. Развитие художественно-творческой активности.

Значения цветов

Красный — символ жизненной энергии, силы, уверенности в себе (если

его слишком много, то — самоуверенности или даже агрессивности),
Оранжевый — свидетельствует об амбициозности, завышенной самооценке, а также о трудности в общении.

Желтый — солнечный цвет, часто используют в мандалах люди искусства, он символизирует творчество, прибавляет оптимизма, радости, способствует раскрытию творческого потенциала, успешным новым начинаниям.

Зеленый — символ обновления, может свидетельствовать о силе родительских чувств, способности и готовности воспитывать детей (если очень много — гиперопека).

Синий — сила духа, спокойствие, выносливость, рассудительность, развитая интуиция.

Голубой — символ дружелюбия, сострадательности, отзывчивости.

Фиолетовый — в мандале говорит о том, что человек стремится к гармонии, этот оттенок вдохновляет и очищает. Однако если фиолетовым закрашен центр мандалы, это может свидетельствовать о сильной связи (если не о полной зависимости) автора с матерью.

Коричневый — цвет земли, это — укорененность, практичность, желание стабильности, безопасности.

Черный — цвет тайны, тени, тьмы. Присутствие его в рисунке мандалы может свидетельствовать о депрессивном состоянии, опустошенности, утрате опоры и веры в жизни.

Белый — защитный цвет, символ чистоты, духовности, но если его слишком много, это может говорить об отсутствии энергии у автора такой мандалы.

Диагностические моменты

Как ребенок выполняет задание (сразу или после обдумывания)? Какие элементы и в каких количествах использует?

С какой части круга начинает строить мандалу? Насколько симметричный узор выкладывает?

Какие цвета использует?

Вносит ли коррективы в свою работу (какие, как часто)? Насколько заполняет внутреннее пространство круга?

Как центральная часть мандалы соотносится с внешним

кругом? Чем заканчивает выполнение работы?

Интерпретация

Общая композиция и цветовая гамма. Наличие центра и границ; цвет, форма, структура, последовательность изображения. Асимметрия. Признаки стадий «Большого круга Мандалы». Анализ используемых символов.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Пл н	Фак т	Тема урока	Кол-во часов	Контроль ные работы	Практические работы/ лабораторные работы	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1.			Упражнение «Свободное искусство»				
2.			Упражнение «Эй!»				
3.			Упражнение «Цветное копирование»				
4.			Упражнение «Стройся за ...»				
5.			Упражнение «У всех есть чувства, все виды чувств»				
6.			Упражнение «Построй свой район»				

7.			Упражнение «Рисование, используя технику смешивания красок»				
8.			Упражнение «Шкатулка для вещей, которые я делаю хорошо»				
9.			Упражнение «Камера»				
10.			Упражнение «Секторная диаграмма чувств»				
11.			Упражнение «Раскрась свой мир»				
12.			Упражнение «Моя история»				
13.			Упражнение «Рассказ истории для решения проблем»				
14.			Упражнение «Куклы и представление»				
15.			Упражнение «Мандала»				

16.			Упражнение «Ритм – Раунд»				
17.			Упражнение «Рисунки уверенности»				
18.			Упражнение «Свободное рисование по групповому сюжету»				
19.			Упражнение «Маски»				
20.			Упражнение «Сюжет книги»				
21.			Упражнение «Забавный сюжет»				
22.			Упражнение «Игры на расслабление»				
23.			Упражнение «Напряженный и расслабленный»				
24.			Упражнение " Моя Вселенная"				
25.			Упражнение "Карта моего сердца"				

26.			Упражнение «Несуществующее животное»				
27.			Упражнение «Прогулка по лесу»				
28.			Упражнение «Мой герб»				
29.			Упражнение «Книга про меня»				
30.			Упражнение «Моя жизнь как ...»				
31.			Упражнение «Петь и танцевать числа»				
32.			Упражнение «Петь и танцевать буквы»				
33.			Упражнение «Марания» Упражнение «В лесу»				
34.			Упражнение «Нарисуй свой страх» Упражнение «Хрупкие страхи»				

МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для занятий необходимы бумага для рисования формата А3 и А4, ватманы, ручки, простые карандаши, ластик, наборы цветных карандашей, фломастеров, маркеров, пастель, краски акварельные, гуашь, кисти, витражные краски; клей, цветная бумага, старые журналы, газеты, ножницы, лоскутки ткани, нитки для вязания; пластилин; одноразовые тарелки, одноразовые ложки; стеклянные банки; старые обои. Кроме того, необходим небольшой мяч и мягкая игрушка; ноутбук или магнитофон для музыкального сопровождения. Помещение для проведения занятий должно иметь рабочую зону (столы) и свободную зону для упражнений. Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей соответствует СанПиН 2.4.4.3172-14.

В Информационное обеспечение входят следующие элементы: классическая музыка; музыка со звуками природы; видеозапись «Эмоции и чувства».

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Александров, А.А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений: Учебное пособие / А.А. Александров. - СПб.: СпецЛит, 2014. - 232
2. Богданович, В. Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы / В. Богданович. - Пенза: Золотое сечение, 2008. - 224 с.
3. Вальдес, Одриосола М.С. Интуиция, творчество и арттерапия / М.С. Вальдес Одриосола.. - М.: ИОИ, 2012. - 96 с.
4. Воронова, А.А. Арт-терапия для детей и их родителей / А.А. Воронова. - Рн/Д: Феникс, 2013. - 253 с.
5. Вудроф, Д. Точка за точкой. Арт-терапия / Д. Вудроф. - Мн.: Попурри, 2018. - 208 с.
6. Копытин, А.И. Современная клиническая арт-терапия: Учебное пособие / А.И. Копытин. - М.: Когито-Центр, 2015. – 526 с.
7. Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. - М.: Когито-Центр, 2014. -

197 с.

8. Ляшенко, В.В. Арт-терапия как практика самопознания: присутственная арт-терапия / В.В. Ляшенко. - М.: Психотерапия, 2014. - 160 с.
9. Никитин, В.Н. Арт-терапия: Учебное пособие / В.Н. Никитин. - М.: Когито-Центр, 2014. - 328 с.
10. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Планета чудес». Развивающая сказкотерапия для детей. 224 с. обл. Речь, СПб, 2008г.
11. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. «Арт - терапия детей и подростков». - М.: Когито - Центр, 2007.
12. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг», Речь, СПб, 2007 г.
13. Сакович Н.А. «Технология игры в песок – Игры на мосту», СПб, «Речь», 2008г.
14. Штейнхард Л. «Юнгианская песочная психотерапия», СПб, «Питер», 2001г.

Дополнительная литература:

1. Практикум по арт-терапии / Под ред. А. И. Копытина. — СПб.: Питер, 2001. — 448 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Практикум по креативной терапии. — СПб.: Издательство «Речь»; «ТЦ Сфера», 2001. - 400 с.
3. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. — Речь, 2007. — 336 с.
4. Киселева М. В. «Арт-терапия в работе с детьми»: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006г.
5. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии», СПб, Речь, 2007г.

Интернет-ресурсы

<https://ikp-rao.ru/>

Прошито, пронумеровано и скреплено печатью
32 (тридцать два)) листов
Должность и.о. директора ГБОУ
«Новоалексеевская школа Волновахского М.О.»
Подпись _____ /Г.А.Грищенко/

