

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр» Кольского района Мурманской области

Принято методическим
советом,
протокол от 23.04.2024г.
№ _3/23-24

Директор



УТВЕРЖДАЮ.
Приказ от 24.04.2024
№ 33 У
В.В. Юшина

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности

«Цветной мир»

Возраст обучающихся: **7-9 лет**

Срок реализации: **1 год**

Составитель: Минаева
Оксана Викторовна,
Должность:
педагог дополнительного образования
Место работы: МБУДО «ДЮЦ»
Кольского района

п. Мурмаши
2024

I. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Цветной мир» (далее – Программа) соответствует **социально-гуманитарной направленности**.

Программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

2. Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»

3. Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

7. Устав МБУДО «ДЮЦ» Кольского района.

Уровень программы – стартовый.

Срок реализации программы – 1 год, 36 учебных недель.

Объем учебного времени - 108 часа.

Режим занятий: по 1.5 академических часа 2 раза в неделю.

Форма обучения – очная. Занятия ведутся на русском языке.

Организация обучения: всем составом.

Наполняемость учебной группы: до **10** человек.

Адресат программы: учащиеся начальной школы 7-9 лет.

Условия набора: принимаются все желающие без предварительного отбора на свободной основе.

Противопоказаниями являются аллергические реакции на кварцевый песок, краски, пластилин, клей.

Условия добора: вопрос о дозачислении учащихся при наличии свободных мест решается в индивидуальном порядке.

Программа предназначена для детей младшего школьного возраста. Содержание данной программы построено на анализе типичных эмоциональных проблем современных детей, направлено на формирование умения выражать свои мысли, чувства, настроения в процессе творчества.

1.1. Актуальность программы

Возраст 7-9 лет у детей в современном мире насыщен различными формами обучения. Огромное количество информации, стремление взрослых сформировать как можно больше умений и навыков, большое количество правил и ограничений, с которыми сталкиваются старшие дошкольники и младшие школьники значительно сужают возможность свободного, безоценочного самовыражения. Умение предъявить себя еще не сформировано у детей этого возраста. Раскрыться им мешают застенчивость, неконтактность, агрессивность, конфликтность, тревожность.

Программа отвечает актуальным запросам детей, родителей и педагогов.

Процесс художественного самовыражения напрямую связан с укреплением психического здоровья ребенка и может рассматриваться как важный психопрофилактический фактор.

1.2 Новизна Программы и ее отличительные особенности

Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии. Это особенно актуально при работе с детьми, которые не всегда могут выразить словами свое эмоциональное состояние, трудность, проблему. Находясь в творческом пространстве, ребенок получает возможность самовыражения, в результате чего происходят улучшения в его эмоциональной и поведенческой сферах. Арт-терапевтическая атмосфера способствует раскрытию ребенком своего потенциала, что также приводит к позитивным результатам психологической помощи. Важна естественная склонность ребенка к игровой деятельности, склонность к фантазии. Учитывая

это при организации коррекционной работы с элементами Арт-терапии, на занятиях создается атмосфера игры и творчества.

В программе региональный компонент является составной частью содержания и предусматривает включение в систему занятий в период Полярной ночи психогимнастических упражнений, направленных на чередование мышечного напряжения и расслабления, что рефлекторно влияет на гармонизацию психической деятельности в неблагоприятный период.

1.3 Педагогическая целесообразность

Методы арт-терапии оказывают стимулирующее воздействие, развивают инициативность, креативность, концентрацию внимания, дают выход аффектам. Дети активно занимаются с самыми разными предметами и материалами: кварцевый песок, краски, карандаши, пластилин, бумага, фольга, камешки, гидрогелевые шарики, природные материалы. Работа выстраивается таким образом, что личность и характер ребенка не обсуждаются, не оцениваются, не сравниваются с другими. Акцент делается на продвижении каждого ребенка в сравнении с самим собой. Арт-терапия ресурсна, так как находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности в своих силах. Чем лучше человек умеет выражать себя, тем полноценнее его ощущение себя неповторимой личностью.

Имеется широкий спектр показаний для проведения арт-терапевтической работы с детьми:

- развитие творческих способностей и креативности;
- искаженная самооценка, низкая степень самопринятия;
- трудности эмоционального развития, повышенная тревожность, страхи;
- переживания эмоционального отвержения, чувство одиночества, стрессовые состояния;
- нарушения отношений с близкими людьми, застенчивость, замкнутость.

Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). В процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется целебный потенциал эмоций.

Занятия программы рассчитаны не на материальный результат в виде продукта, а на эмоциональное отреагирование ребенка в процессе деятельности.

1.4 Цель программы:

Гармонизации личности детей и раскрытие их творческого потенциала средствами арт-терапии.

1.5 Задачи программы:

Образовательные:

- формировать и развивать умение воспринимать инструкцию, в том числе и фронтальную, и следовать ей;
- обучать социально одобряемому выражению различных эмоций;
- развивать зрительное, слуховое и пространственное восприятие;
- обучать базовым правилам планирования, саморегуляции и самоконтроля.
- формировать умение называть собственные чувства и переживания в процессе творчества;

Развивающие:

- развивать творческое мышление, воображение, креативность;
- развивать позитивное самоотношение, формировать адекватную самооценку, повышать уверенность в себе;
- создать условия для снижения психоэмоционального напряжения;
- развивать навыки общения и эффективного взаимодействия;
- развивать навыков рефлексии.

Воспитательные:

- воспитывать у детей дружеские, доброжелательные отношения, взаимопомощь, товарищество через создание комфортного психологического климата внутри коллектива;

- развивать коммуникативные навыки и навыки эффективного взаимодействия;
- формировать умение обращаться за помощью и оказывать помощь другим;

1.8 Ожидаемые результаты.

В результате реализации Программы планируется достижение следующих результатов:

- умение слушать, слышать и воспринимать простую инструкцию, действовать по правилам, соблюдать последовательность и этапность процесса в соответствии с возрастом;
- повышение уровня креативности и творческих способностей, осознание ценности собственной личности, повышение позитивного самоотношения,
- повышение уверенности в себе,
- повышение познавательной активности и инициативности;
- расширение кругозора;
- повышение самоконтроля, улучшение коммуникативных навыков в соответствии с возрастом.

1.9. Способы определения результативности.

Для оценки эффективности в начале и в конце реализации программы проводятся диагностические занятия с использованием следующих методик:

- тест П. Торренса «Закончи рисунок» (тест невербальной креативности),
- шкала самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.
- «Изучение эмоциональной сферы ребенка» В.М. Минаевой по параметрам Л.П. Стрелковой;

В течение года:

- периодическая диагностика эмоционального состояния ребенка с использованием теста М. Люшера.
- Регулярное заполнение арт-дневничков наблюдения, основанное на методике «Мое настроение».

Кроме того, в течение года ход обучения и развития контролируется с помощью психологического наблюдения, фиксируется в свободной форме.

II Учебный план

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Из них		Формы контроля
			теория	практика	
1	Диагностическое занятие	6	1	5	Фиксация результатов диагностических методик, их анализ.
2	Вводное занятие	1,5	1	0,5	Наблюдение, заполнение арт-дневничков, анализ работ детей
3	Волшебные краски	6	1	5	
4	Рисунок в круге – мандала.	3	0,5	2,5	
5	Ловец снов	3	1	2	
6	Странные отпечатки-монотипия	3	0,5	2,5	
7	Мое чудо-дерево	3	1	2	
8	Друг пальчиков - пластилин	15	3	12	
9	Мой сосуд	3	0,5	2,5	
10	«Рукавички» парное рисование	3	0.5	2.5	
11	Новогоднее настроение	3	0.5	2.5	
12	Новогодние огоньки	3	0.5	2.5	
13	Наша елка	3	0.5	2.5	

14	Коллаж «Какой я»	3	0.5	2.5
15	«Здравствуй, песок»	3	0.5	2.5
17	Необыкновенные следы	1,5	0,25	1.25
18	Песочные прятки	1,5	0,25	1,25
19	Песочные радости	3	0,5	2,5
20	Мир песочных человечков	3	1	2
21	Путешествие во времени (Как папа был маленьким)	3	1	2
22	Кляксы веселые и грустные	3	1	2
23	В стране Каляки и Маляки	3	1	2
24	Песочные картинки	3	1	2
25	Художественный беспорядок	3	1	2
26	Волшебные превращения комочков, жгутиков и полосочек	3	1	2

27	Краска на ладони	1,5	0,25	1,25	
28	Ладони	3	1	2	
29	Я-сказочный герой	3	1	2	
30	Групповая работа «Сказочная страна»	3	1	2	
31	Игра-путешествие своими руками	3	1	2	
32	Фотоколлаж в раме.	3	0.5	2,5	
33	Птица счастья	3	1	2	
Всего часов		108	26.25	81.75	

III. Содержание программы.

1. Диагностические занятия.

Теория 1ч:

организационные моменты, рассказ о цели и сути исследования, инструктирование и объяснение правил выполнения заданий.

Практика 5ч:

выполнение заданий по тесту П. Торренса «Закончи рисунок» (тест невербальной креативности), по шкале самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, «Изучение эмоциональной сферы ребенка» В.М. Минаевой по параметрам Л.П. Стрелковой

2. Вводное занятие.

Теория 1ч:

знакомство участников, сплочение группы, настрой на совместную работу, выработка традиционного приветствия и прощания, правил поведения на

занятиях. Беседа о программе «Что такое АРТ», основное о техниках, рассказы о себе. Знакомство с арт-дневничком.

Практика 0.5ч:

Игры «Имя-движение», «Если бы я был цветом, то каким?», изготовление бейджиков.

Необходимые материалы: тетрадки для арт-дневничков, заготовки для бейджиков, фломастеры.

Домашнее задание: украсить арт-дневнички.

3. Волшебные краски

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Беседа о красках и цветах. Основные и составные. Какое настроение зашифровано в цвете? От чего может зависеть восприятие цвета?

Беседа в конце занятия: какие ощущения у вас были, когда вы рисовали волшебными красками? Понравилось или не понравилось рисовать? Что вы хотели изобразить? Что получилось? Что хотелось бы изменить? Дайте название своей работе. Почему краски волшебные?

Практика 5ч:

Пальчиковая гимнастика. Психогимнастический этюд. Арт-терапевтическое упражнение «Волшебные краски» - создание краски с разными компонентами. Выполнение фантазийных работ с ними.

Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканчики, растительное масло, мука, клей ПВА, крупная соль, листы бумаги (плотные), клеенка, газеты, салфетки для вытирания рук, ватман, релаксационная музыка.

4. Рисунок в круге – мандала.

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Рассказ «Мандала-узор в круге». Природные и созданные руками человека. История, поверья, ритуалы, сказания, научные исследования.

Практика 2.5ч:

Пальчиковая гимнастика. Психогимнастический этюд. Упражнение «Путаница»: Участники, стоя в круге, запутываются, держась за руки друг с другом. Водящий должен их распутать так, чтобы получился круг.

Упражнение «Пальцы»: на счет «3» по сигналу ведущего участники должны выбросить одинаковое количество пальцев. Каждый раз психолог побуждает ребят подстроиться друг под друга, быть внимательнее к остальным.

Арт-терапевтическое упражнение «Мандала». Коллективная работа. Большой круг, размером с ватман, делится на секторы. Каждый ребенок рисует в своем секторе.

Необходимые материалы: гуашь, восковые мелки, цветные карандаши, пластмассовые стаканчики, кисточки, клеенка, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

Домашнее задание: нарисовать мандалу в виде бубна для заклинания погоды.

5. Ловец снов

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Сказка о ловце снов «Нокомис и паучок» (легенда североамериканских индейцев).

Практика 2ч:

Пальчиковая гимнастика. Психогимнастический этюд. Упражнение «Клубочек и комплименты». Изготовление Ловца Снов нитками на картонном круге.

Необходимые материалы: цветные нитки для вязания, картонный круг, клей ПВА, деревянные шпажки или палочки для суши, фломастеры, краски гуашевые.

Домашнее задание: придумать название своему Ловцу Снов, рассказать самый приятный сон.

6. Странные отпечатки-монотипия

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Сказка про Тень.

Беседа по результатам: какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы хотели, чтобы у вас получилось? Что получилось в итоге? На что похоже изображение? Нравится ли вам результат? Что хотите исправить? Дайте название работе.

Практика 2.5ч:

Пальчиковая гимнастика. Психогимнастический этюд. Игра «Я и моя тень»

Арт-терапевтическое упражнение «Монотипия»: детям предлагается нарисовать что-либо на бумаге гуашью, затем отпечатать рисунок на другую бумагу. Следует обратить внимание детей на то, как смешиваются цвета, какие новые цвета получаются, как меняется рисунок. Далее предлагают детям дорисовать моноптипию красками, фломастерами или карандашами до какого-либо образа, сделать рамку для получившейся картины, придумать название картины и небольшую историю о ней.

Второй вариант техники: детям предлагается взять нитку, обмакнуть ее в гуашь (одного или нескольких цветов) и разложить на одной части листа бумаги, прикрыть другой частью листа, прижать и выдернуть нитку.

Создание с помощью педагога групповой моноптипии. Отрабатывание методов группового взаимодействия.

Необходимые материалы: гуашь, нитки, листы А4, салфетки, клеенка, фломастеры, карандаши.

7. Мое чудо-дерево

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Стихотворение Чуковского «Чудо-дерево». Беседа о фантастических деревьях. Чтение фрагмента истории Свена Нурдквиста «Переполох в огороде» (как Финдус посадил фрикадельку). Беседа о других литературных персонажах, желавших вырастить странные деревья.

Практика 2ч:

Пальчиковая гимнастика. Психогимнастический этюд. Игра «Я собираю чемодан». Создание своего чудо-дерева. Рисование основы (ствол, корни, листья), добавление «чудесных плодов»

Необходимые материалы: гуашь, листы А3, карандаши, наборы наклеек.

8. Друг пальчиков – пластилин

Теория 3ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Правила работы со скульптурным пластилином. Чем он отличается от обычного. Его свойства. Из чего еще можно лепить? Основная метафора пластилина – «Все можно изменить!»

Практика 12ч:

Упражнение «Изделия из теста»: ребята по кругу называют изделия, которые изготовлены из теста, не повторяясь.

Упражнение «Пластилин и скульптор». Участники делятся на пары: скульптор + пластилин. Скульпторам предлагается слепить из пластилина какое-либо чувство: радость, грусть, злость, обида, любовь, восхищение и т.д. Остальные угадывают, что за чувство представлено.

Арт-терапевтическое упражнение «Страх из пластилина». Как его изменить, чтобы он стал смешным? Безопасным? Полезным?

Рисование на «пластилиновых дощечках» - легко исправить.

Упражнение «Пластилинография» Создаем рисунок с помощью цветного пластилина.

Необходимые материалы: скульптурный пластилин, цветной пластилин, клеенка, картон, стеки, влажные салфетки.

9. Мой сосуд

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Сказка про двух соседней. Беседа о том, как ребята поняли смысл – каждый делится тем, чего в избытке.

Практика 2.5ч:

Упражнение «Покажи цвет»: ребята должны изобразить цвет, который называет ведущий, мимикой и жестами.

Упражнение «Какого цвета настроение»: ребята по кругу называют цвет своего настроения.

Упражнение «Что внутри моего сосуда?» Выбрать форму по шаблону, заполнить сосуд содержимым. Сосуды мы наполняем какой-либо жидкостью: водой, молоком, напитком... а, мы, как воображаемые сосуды, сейчас будем, словно жидкостью, наполняться качествами и характеристиками, которыми пожелаем сами. Каждый по очереди встанет в круг и назовет качества или умения, которыми он хотел бы наполнить свой сосуд, а потом закроет глаза и представит, как эти качества вливаются в его тело. Группа поможет это почувствовать, добавляя те качества, которые они еще хотели бы пожелать центральному участнику. Разукрасить свой сосуд, отражая метафорическим образом те качества, которыми каждый наполнял свой сосуд в предыдущем упражнении, через цвет, форму, фигуры, образы.

Необходимые материалы: гуашь, карандаши, ножницы, шаблоны разных форм.

Домашнее задание: показать свой сосуд родителям, спросить, догадаются ли они, что это внутри?

10. «Рукавички» парное рисование

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа о коллективе. Зачем нам уметь договариваться? Сказка про дядюшку Ау. Почему люди становятся ближе в праздники? Что значит «семейный праздник»?

Практика 2.5ч:

Упражнение «У нас с тобой общее...»: участникам предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что их объединяет.

Упражнение «Я хотел бы с тобой вместе...»: каждому участнику предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что он с ним вместе хотел бы сделать.

Арт-терапевтическое упражнение «Рукавички. Парное рисование». Группа делится по парам. Каждой паре раздается по листу бумаги, коробке красок или карандашей, фломастеров, шаблоны рукавичек. Дается инструкция:

1 этап. Двое раскрашивают свои рукавички так, чтобы получилась пара. Разрешается разговаривать, обсуждать совместный рисунок.

После завершения работ проводится обсуждение: что помогало вам в работе? Что мешало? Как происходил процесс рисования? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым? Делаем гирлянду из рукавичек.

2 этап. Двое рисуют на листе шарф. Один, общий. Разговаривать в процессе рисования нельзя.

После завершения работ проводится обсуждение: как происходил процесс рисования на этот раз? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым? Как назовет картину каждый из ее создателей?

Необходимые материалы: шаблоны рукавичек, контур шарфа, краски, фломастеры, цветные карандаши, тесемка для гирлянды.

11. Новогоднее настроение

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Беседа о новогодних праздниках. Что такое праздничное настроение? Откуда оно берется? Можно ли создать праздник своими руками?

Практика 2.5ч:

Игра «Новогодние ассоциации» Упражнение «Если бы я был игрушкой на елке, то какой...» Психологические этюды «Пингвины на прогулке», «Пингвиньи обнимашки» Изготовление большой открытки «Мешок с подарками»

Необходимые материалы: листы А3, гуашь, карандаши, ножницы, кисточки, клей ПВА, блестки. Музыкальное сопровождение, проектор с новогодней тематикой.

12. Новогодние огоньки

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Свет и цвет». Как влияет на настроение освещение? Чтение новогодней сказки при созданных световых эффектах.

Практика 2.5ч:

Игра «Раз, два, три, елочка, гори» Упражнение «Лампочки для гирлянды» Создаем эффектное украшение вместе. Игра «Разноцветная гирлянда» Дети встают, взявшись за руки. Каждый выбирает фишку-цвет, по команде загораются (поднимают руки) только те лампочки-дети, кого назвали.

Необходимые материалы: шаблоны лампочек, тесьма, краски, карандаши, клей ПВА, блестки. Различные источники света – интерактивные свечи, проектор, светильник, гирлянда.

13. Наша елка

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Беседа «История новогодней елки». Сказка «Рождество в домике Петсона» Обсуждение елки, которую придумал Петсон для Финдуса.

Практика 2.5ч:

Игра «Сочиняем поздравления». Создание своей елочки. Отпечатки ладошек на ватмане. Упражнение «Моя елочная игрушка». Соединение елки, игрушек и гирлянды из лампочек в единую композицию. Фотография у елочки.

Необходимые материалы: краски, карандаши, зеленая гуашь и белая гуашь, влажные салфетки.

14. Коллаж «Какой я»

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Мы такие разные, и это здорово!» Что такое коллаж? История.

Практика 2.5ч:

Игра «если бы я был...» Игра «я возьму с собой на необитаемый остров...»
Арт-терапевтическое упражнение «Коллаж «Какой Я».

Ребятам дается инструкция: Вам необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них составить композицию на заданную тему. Если для завершения композиции не хватает материала (его не нашлось в предлагаемых журналах), тогда разрешается дорисовать ее фломастерами и карандашами. Темы могут быть различными.

Необходимые материалы: листы А4, клей-карандаш, ножницы, старые журналы, фломастеры.

15. «Здравствуй, песок»

Теория 0.5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Знакомство с песочницей. Правила работы с песком. Деление на подгруппы. Свойства песка.

Практика 2.5ч:

упражнение «Песок на моих руках». Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнение «Здравствуй, песок!» Подгрупповая работа с песком и мелкими игрушками. «Сказка о том, как мы подружились»

Необходимые материалы: песочница с кварцевым песком, мелкие игрушки, антибактериальные салфетки.

16. Необыкновенные следы

Теория 0,25ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа о следах. Какие животные оставляют какие следы? А машины? А люди?

Практика 1,25ч:

Игра «Повтори за мной» Создание следов с помощью шаблона, клея и песка. Ритмичность шага. Работа по подгруппам с песком. «Узоры на песке» - выкладывание узоров «бросовым» материалом. Упражнение «Песочный круг».

Необходимые материалы: песочница с кварцевым песком, мелкие игрушки, камешки, ракушки, клей ПВА, листы А4, шаблоны различных следов, антибактериальные салфетки.

17. Песочные прятки

Теория 0,25ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия),

выявление общей атмосферы в группе. Вспоминаем правила работы с песком. Сказка о сокровищах пиратов. Беседа о сторонах света.

Практика 1,25ч:

Упражнение «Шаг вперед, два шага назад» Игра с песком «В поисках сокровищ» Задача – спрятать сокровище и нарисовать карту. По подгруппам.
Необходимые материалы: компас, песочница, листы А3 (2 штуки), карандаши, антибактериальные салфетки.

18. Песочные радости

Теория 0,5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Практика 2,5ч:

Упражнение «Здороваемся пальчиками, локтями, спинками» Работа с песком по подгруппам. Создание песочной страны. Условие – позитивный настрой. Как устроена страна, в которой все хорошо? «Мир наших фантазий» - одна подгруппа сначала придумывает и рисует, потом воплощает на песке. Вторая сначала договаривается и создает, потом зарисовывает то, что получилось.

Необходимые материалы: песочница с кварцевым песком, мелкие игрушки, листы А4, карандаши.

19. Мир песочных человечков

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Практика 2ч:

Арт-терапевтическое упражнение «Карта моего внутреннего мира». Арт-терапевтическое упражнение «Кукла из бумаги».

Каждый участник рисует на листе плотной бумаги куклу, похожую на себя. Далее нужно склеить полоску бумаги в виде цилиндра и прикрепить к ней куклу. Надеваем получившуюся куколку на палец. Необходимо придумать историю, которую кукла хотела бы рассказать о себе. Начать можно словами: «Жила-была кукла, похожая на меня...». Изображение на листе ландшафта-фона для куклы, с помощью клея и цветного песка.

Необходимые материалы: цветной песок, бумага, карандаши, клей ПВА

20. Путешествие во времени (Как папа был маленьким)

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия),

выявление общей атмосферы в группе. Чтение рассказа Раскина «Как папа был маленьким» Рассказ Драгунского «Если бы...»

Практика 2ч:

Упражнение «Поменяйтесь местами»: Ребята стоят в кругу. Ведущий называет характеристику, по которой участники должны поменяться местами. За то время, как остальные меняются, ведущий должен стремиться занять место одного из участников.

Упражнение «Отправляемся в прошлое» Нарисовать, каким ты представляешь себе папу (маму) когда они были маленькими.

Необходимые материалы: листы А4, карандаши

21. Кляксы веселые и грустные

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Что такое клякса», как с помощью пятен можно передать настроение. Принципы рисования на мокром листе.

Практика 2ч:

Упражнение «Передай эмоцию по кругу». Детям предлагается встать друг за другом в одну линию. Тот, кто стоит первым, изображает какую-либо эмоцию своему соседу. Тот передает ее следующему участнику и т.д. Последний участник демонстрирует полученную эмоцию всем остальным и называет ее. Первый участник сравнивает отправленную эмоцию с итоговой. Упражнение проводится несколько раз, используя различные эмоции. Дети меняются местами.

Рисование клякс разного цвета. Дорисовывание их до эмоциональных портретов.

Необходимые материалы: краски, стаканчики, трубочки для коктейля, краски, фломастеры.

22. В стране Каляки и Маляки

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Что такое каракули», зачем нужна штриховка. Чем они отличаются.

Практика 2ч:

Упражнение «Зеркало»: дети делятся по парам, в которой кто-то будет зеркалом, а кто-то ведущим. Ведущий совершает какие-то движения, а зеркало одновременно пытается повторить. Затем участники меняются ролями.

Заполнение шаблонов штриховкой и каракулями. Как выбрать? Создание картины только с помощью каракулей.

Необходимые материалы: фломастеры, карандаши, шаблоны простых рисунков.

23. Песочные картинки

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Повторение правил работы с различными материалами, в том числе песком. Как среда обитания влияет на тех, кто в ней обитает? Или наоборот, существа живут там, где им комфортно?

Практика 2ч:

Пальчиковая гимнастика. Психогимнастический этюд. Упражнение «Заколдуй и расколдуй». Упражнение «Несуществующее животное» С помощью цветного песка, манки, макаронных изделий создаем среду обитания своему несуществующему животному.

Необходимые материалы: цветной песок, манка, макароны разных форм. Клей ПВА, листы А4, цветные карандаши.

24. Художественный беспорядок

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Чем отличается хаос и порядок? Когда хочется все разбросать? Где беспорядок недопустим?

Практика 2ч:

Игра «Мир насекомых» Упражнение «Пятна и полосы» Рисование абстрактных полотен, но со смыслом.

Необходимые материалы: гуашь, листы А4, салфетки, фломастеры.

25. Волшебные превращения комочков, жгутиков и полосочек

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Следы и отпечатки» Вспоминаем работу со следами. Штампы, их разнообразие. Когда они нужны. Разная фактура поверхности – бумага, фольга, вата (ватные палочки)

Практика 2ч:

Пальчиковая гимнастика. Игра «Бой снежками» (у каждого по 3 комка бумаги) Рисуем комочками бумаги, фольги, ваты. Ставим отпечатки разными цветами и разных форм. Дорисовываем.

Необходимые материалы: писчая бумага, листы фольги, ватные диски и ватные палочки, листы А4, гуашь, салфетки.

26. Краска на ладони

Теория 0,25ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Вспоминаем о влиянии разных цветов на настроение. Использование цвета.

Практика 1,25ч:

Арт-терапевтическое упражнение «Рисование ладонями».

Ребята красят свою ладонь гуашью и ведут ею по листу бумаги. Должны получиться картины-отпечатки с разноцветными разводами. Упражнение проводится под релаксационную музыку. По желанию участников можно дорисовать получившееся изображение до конкретного образа.

Необходимые материалы: гуашь, листы А4, салфетки.

27. Ладонки

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Что такое воображение? Хорошо или плохо фантазировать? Чтение фрагмента рассказа Носова «Фантазеры»

Практика 2ч:

Упражнение «Если бы да кабы» Упражнение «Цветные ладошки» Что можно придумать, используя только цветные отпечатки ладошек, причем у всех одинаковые?

Необходимые материалы: гуашь, листы А4, салфетки, фломастеры, карандаши.

28. Я-сказочный герой

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Что такое сказка» Какие сказки вы знаете? Какие сказочные герои положительные, а какие отрицательные? А есть такие, про кого мы не можем точно сказать?

Практика 2ч:

Упражнение «Я – сказочный герой»: Участникам предлагается представить себя в виде сказочного героя и изобразить его молча. Остальные должны отгадать, какого героя изобразил участник. Далее участник объясняет, чем ему

нравится этот герой? Упражнение «Карнавал» Дорисовать контуру человека карнавальный костюм сказочного героя.

Необходимые материалы: гуашь, листы А4, салфетки, фломастеры, карандаши.

Домашнее задание: спросить у родителей, какими сказочными героями они хотели бы стать ненадолго.

29. Групповая работа «Сказочная страна»

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

Практика 2ч:

Упражнение «Воображаемый путь» Арт-терапевтическое упражнение «Кукольный театр» с использованием пальчиковых кукол. Придумываем название сказочной страны. Нарисовать часть сказочной страны.

30. Игра-путешествие своими руками

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Почему вместе лучше, чем по одному?

Практика 2ч:

создание на ватмане игры-бродилки. Придумывание правил, карточек с заданиями. Играем.

Необходимые материалы: ватман, краски, карандаши, ножницы, кубик игровой.

31. Фотоколлаж в раме.

Теория 0,5ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа о фотографии. Значение, какие возможности дает.

Практика 2,5ч:

Игра «Мартышка», создание фото-комплекта ребят, для дальнейшего распечатывания. Рисование фона для размещения фотопортретов. Рамка. Рисование и раскрашивание рамки.

Необходимые материалы: ватман, краски, карандаши, фотографии участников группы, клей, ножницы.

Домашнее задание: принести дополнительно картинки для коллажа.

32. Птица счастья

Теория 1ч:

ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе, заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе. Беседа «Что такое счастье» Чтение отрывка из произведения Метерлинка «Синяя птица» Какого цвета может быть птица счастья? Другие фантастические птицы: Жар-Птица, Птица Феникс, Золотой Петушок, орел Карфакс и другие.

Практика 2ч:

Игра «Лапы, крылья и хвосты». Рисование своей птицы счастья. С пояснениями по цвету, размеру, крыльям, хвосту. Подведение итогов занятий в группе.

IV Комплекс организационно-педагогических условий.

Методическое обеспечение.

Структура занятий.

Комплекс занятий программы построен из нескольких основных направлений:

- занятия с песком, которые способствуют снижению психофизического напряжения, развитию тактильной чувствительности, расслаблению, активизации интереса к деятельности;
- живопись, лепка помогают формировать умение распознать эмоции, овладевать и управлять ими;
- занятия-игры «Путешествия в Волшебный мир» позволяют развивать фантазию, целостное восприятие мира, образную память;
- занятия на развитие креативности средствами монотипии, коллажа, мараний, штриховки и каракулей, создания трехмерных изображений с помощью бумаги и фольги способствует снятию мышечного напряжения, развитию функций правого полушария.

В структуре каждого занятия просматриваются две основные части:

- невербальная, творческая, неструктурированная, основное средство самовыражения в которой – конечный продукт;
- вербальная, более структурированная: каждый ребенок интерпретирует созданный объект, описывает свои чувства и ассоциации.

Структура занятий:

1. ритуал приветствия, повторение правил и норм поведения в группе. заполнение арт-дневника преподавателем (настроение на начало занятия), выявление общей атмосферы в группе.

2. разминочные упражнения, психологические этюды, актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений в игре.
3. реализация арт-техники и обсуждение продукта.
4. рефлексия занятия,
5. ритуал окончания занятия и прощания.
6. заполнение арт-дневника (настроение на конец занятия),

В процессе реализации программы выдерживается четкая повторяющаяся структура занятия, соблюдение детьми правил, ритуалов и временного регламента автоматически повышает уровень произвольной саморегуляции, программирования, контроля над собой и происходящим вокруг. В пределах одного занятия осуществляется смена форм взаимодействия детей (группы, подгруппы, пары).

Приемы и методы организации образовательного процесса.

Работа ведется с помощью приемов арт-терапии и песочной терапии. В приемах арт-терапии акцент делается не на искусство, а на его визуальные разновидности. Детей не учат рисовать. Главное – дать ребенку возможность создать собственное произведение. Работы являются объективным свидетельством настроения и мыслей ребенка. Приемы песочной терапии базируются на сочетании процесса и экспрессии, в качестве материала выбран песок. При любом взаимодействии с песком используются обе руки, благодаря чему идет благотворное влияние на развитие левого и правого полушария, а также их взаимодействия. Гармонизируется эмоциональное состояние.

Используемые техники:

1. Марания. Это спонтанные рисунки детей, выполненные в абстрактной манере. Изображения неструктурированные, сюжет отсутствует, присутствует сочетание отвлеченных форм и цветовых пятен. У мараний нет категорий «правильно- не правильно» и «хорошо-плохо», нет эталонов. Работа ведется как самостоятельно, так и в паре или всей группой.
2. Штриховка, каракули. Изображение без красок, с помощью карандаша, мелка. Из отдельных линий и каракулей может сложиться образ или абстрактное изображение. Приемы: заполнение пространства,

рисование отдельных линий или их сочетаний, изображение объектов и символов в ритмической манере. Такие приемы работы помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим, снимают напряжение. Ритмичность оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка.

3. Монотипия. На гладкой поверхности делается рисунок гуашевой краской. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Готовый отпечаток можно дорисовать или наклеить дополнительные элементы.

4. Рисунки пальцами. Этот прием не подвержен влиянию стандартных шаблонов. Является профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, замкнутости, подавленности.

5. Рисование сухими листьями, сыпучими материалами, продуктами. Подходит детям с моторной неловкостью, зажатостью, дарит чувство успешности.

6. Рисование предметами окружающей действительности.

7. Трехмерные изображения из бумаги и фольги.

8. Коллаж. Составление образа, сюжета из картинок и деталей, вырезанных из журналов. Не требуется умение рисовать, чтобы воплотить свою идею.

Дидактический материал:

- аудио-пособия (музыкальное сопровождение)
- настольные игры, карточки
- предметные игрушки
- канцелярские принадлежности (частично за счет родителей): пластилин скульптурный, краски гуашевые 6-9 цветов, кисти разного размера, бумага А3, А4, А1, цветные карандаши, фломастеры, клей ПВА
- предметные картинки
- дидактические игры по темам
- песочница+песок кварцевый (7кг), фракция 0,4.

Материально-техническое обеспечение.

Помещение – кабинет, кол-во мест – 10

Оборудование – детские столы на 10 мест, детские стулья – 10 шт., стол и стул для педагога, шкаф для хранения методического материала, доска с магнитной поверхностью, ковер или ковровое покрытие.

Оборудование:

- компьютер – 1;
- проектор – 1;
- экран (или белая доска) – 1

Список литературы для педагога.

1. Баженова О.В. Детская и подростковая релаксационная терапия - М.:«Генезис», 2022
2. Васина Е.Н., Барыбина А.В. Арт-альбом для семейного консультирования – М.: «Генезис» 2018
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д Игра с песком. Практикум по песочной терапии - СПб. «Речь», 2015
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии – СПб: «Речь», 2007
5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми - СПб «Речь», 2008
6. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков - М.: «Когито-центр», 2014
7. Лепешова Е.М. Развитие личности школьника. Работа со словарем психологических качеств - М.: «Генезис», 2007
8. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры - М.: «Аркти» 2001
9. Топалова Е.П. 366 развивающих игр для дошкольников - М.: «Айрис-пресс», 2002
10. Тупичкина Е.А. Мир песочных фантазий - М.: «Аркти», 2016

Список литературы для родителей:

1. Воронова Армине Арт-терапия для детей и их родителей. - «Феникс», 2013
2. Ирвинг Люси. Дыши. Как приручить демонов - «Манн, Иванов и Фербер», 2019
3. Камал Джейн Рисуем семью - «Малыш», 2012
4. Линицкий П.А. Как нарисовать котиков-веселых обормотиков -СПб: «Питер», 2020
5. Шиманская В.Н. Эмоциональный интеллект для детей и родителей - СПб: «Питер», 2022

Приложение 1.

Календарно-учебный график на 2024-2025 учебный год

Начало учебного года – 01.09.2024г, окончание – 31.05.2025г.

Количество учебных недель -36, объем учебного времени -

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю по 1.5 часа;

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

№ п/п	Тема	Количество часов									
		всего	с	о	н	д	я	ф	м	а	м
I.	Диагностика	6									
1.1	входящая	3	3								
1.2	итоговая	3									3
II.	Развивающие занятия	102									
2.1	Вводное занятие	1,5	1.5								
2.2	Волшебные краски	6	6								
2.3	Рисунок в круге-мандала.	3	1.5	1.5							
2.4	Ловец снов.	3		3							
2.5	Странные отпечатки-монотипия	3		3							
2.6	Мое чудо-дерево	3		3							
2.7	Друг пальчиков - пластилин	15		3	12						
2.8	«Рукавички» парное рисование	3				3					
2.9	Новогоднее настроение	3				3					
2.10	Новогодние огоньки	3				3					
2.11	Наша елка	3				3					
2.12	Мой сосуд	3					3				

2.13	Коллаж «Какой я»	3					3			
2.14	«Здравствуй, песок»	3					3			
2.15	Необыкновенные следы	1,5						1.5		
2.16	Песочные прятки	1,5						1.5		
2.17	Песочные радости	3						3		
2.18	Мир песочных человечков	3						3		
2.19	Путешествие во времени (Как папа был маленьким)	3						3		
2.20	Кляксы веселые и грустные	3							3	
2.21	В стране Каляки и Маляки	3							3	
2.22	Песочные картинки	3							3	
2.23	Художественный беспорядок	3							3	
2.24	Волшебные превращения комочков, жгутиков и полосочек	3							1.5	1.5
2.25	Краска на ладони	1,5								1.5
2.26	Ладони	3								3
2.27	Я-сказочный герой	3								3
2.28	Групповая работа «Сказочная страна»	3								3

2.29	Игра-путешествие своими руками	3									3
2.30	Фотоколлаж в раме.	3									3
2.31	Птица счастья	3									3
ИТОГО		108	12	13.5	12	12	9	12	13.5	12	12