

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Знаменская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО ШУМО учителей гуманитарного цикла _____Добренко Н. Ф. Протокол №7 от "25" август 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ "Знаменская СОШ" _____Захарова А.А Протокол №7 от "25" август 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО МБОУ "Знаменская СОШ" _____Шевченко Е.М Приказ № 234 от "31" август 2023 г.
---	--	--

Программа
внеурочной деятельности

«Арт-терапия»
срок реализации программы
2023-2024 учебный год

Составитель: Молчанова Ирина Валентиновна
педагог-психолог

с.Знаменка 2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Разноцветный мир» составлена на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Уникальность программы арт-терапия заключается в том, что она имеет такую форму работы, которая позволяет объединить в группу детей практически с любого возраста с любой проблемой. В основу которой вошло применение техник арт-терапии.

Практическая значимость. Применение арт-методов не имеет возрастных ограничений. Программа «Цветной мир» рассчитана на младших школьников и подростков. Студия арт-терапии является доступной и эффективной формой групповой работы в условиях образовательного учреждения: она соответствует возрастным особенностям детского и подросткового контингента и не требует значительных материальных затрат. Арт-терапия ресурсна, дает ребенку возможность самовыражения, в результате чего происходят улучшения в его эмоциональной и поведенческой сферах, помогает подросткам формировать позитивную Я-концепцию.

Спектр показаний для арт-терапевтической работы в системе образования: развитие творческих способностей и креативности, негативная «Я-концепция», трудности эмоционального развития, импульсивность, тревожность, страхи, агрессивность, переживания эмоционального отвержения, стрессы, депрессия, неадекватное поведение, нарушения отношений с близкими людьми, конфликты, враждебность к окружающим.

Цели и задачи

Цель: гармонизация личности детей и подростков , через раскрытие их творческого потенциала.

Задачи программы:

- развитие социального интеллекта;
- развитие чувства собственной значимости;
- развитие умения контролировать свои действия;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие воображения;
- развитие творческих способностей.

Основное содержание работы

Методологической основой программы послужили концепции З.Фрейда, К. Юнга, К. Роджерса, практические наработки и исследования А.И. Копытина, Н.А. Сакович, Л.Д. Лебедевой.

При реализации программы используются техники: изотерапия, сказкотерапия, мандала-терапия, музыкотерапия, куклотерапия, драматерапия, лепка, коллаж и пр.

Форма работы: индивидуальная и групповая. 68 занятий продолжительностью 30-40 минут, 2 раза в неделю.

Оптимальное количество участников — 6–8 человек, возраст: 8-15 лет.

Специфика проведения: открытая Арт-студия (позволяет подключиться новому участнику к группе с любого занятия, поскольку тема каждой встречи отлична от предыдущих и последующих).

Структура занятий:

1. ритуал приветствия,
2. разминочные упражнения,
3. реализация арт-техники и обсуждение продукта,
4. рефлексия занятия,
5. ритуал прощания

Планируемые результаты.

-освобождение ребенка от негативных переживаний (тревожности, страхов, агрессии), внутри личностных конфликтов;

-адекватная самооценка;

-удовлетворенность собой и своим окружением;

-свобода творческого самопроявления;

-умение работать со своими переживаниями;

-раскрытие внутренних ресурсов ребенка.

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно- исследовательской, проектной и других видах деятельности
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно- познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей

разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1
2	Волшебные краски	5
3	Монотипия	3
4	Ниткография	4
5	Рисование по мокрому листу акварелью	2
6	Техника «Гратаж»	2
	Папье- маше	1
8	Правополушарное рисование	6
9	Пластилинография	3
10	Техника тинга-тинга «Тукан»	1
11	Тряпичные куклы	1
12	Отдаю на подарок (работа с тканью)	1
13	Чудеса из теста	3
14	Декоративное рисование	16
15	Рисование мандал	4
16	Музыкотерапия	5
17	Сказкотерапия	8
18	Леплю себя сам	
	Итого: 68 часа	68

Содержание курса.

1 Вводное занятие

Инструктаж по технике безопасности

2. Волшебные краски

Живопись кончиками пальцев «Планета счастья»

Рисование волшебными краскам «Морские узоры» (эбру-терапия)

Техника набрызг. Рисование осенних листьев

Техника мариания «Веселые кляксы» Волшебные краски

3. Монотипия

Монотипия

Монотипия «Утренний пейзаж»

Монотипия «Бабочка» (с использованием гелиевой ручки)

4. Ниткография

Игра ниток. Знакомство с техникой монотипии с использованием ниток.

Ниткография «Волшебная игра ниток»

Кляксография «Волшебные нитки»

Коллаж «Какой Я»

5. Рисование по мокрому листу акварелью

Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»

Рисование по мокрому листу акварелью «Пейзаж»

6. Гратаж

Гратаж «Птица»

Гратаж «Подводный мир»

7. Папье- маше

«Две маски “Я”».

8. Правополушарное рисование

«Вечер в саванне»

«Океан»

«Цветущее дерево

«Маки»

«У пруда»

«Одуванчики»

9. Пластилинография

«Божья коровка»

«Виноградная гроздь»

«Кукла»

10. Техника тинга-тинга «Тукан»

11. Тряпичные куклы

12. Отдарок на подарок (работа с тканью)

13. Чудеса из теста

Чудеса из теста

Лепка из солёного теста «Фигура с закрытыми глазами»

Лепка из теста. «Несуществующее животное»

14. Декоративное рисование

Маски «Каким меня видят»

Маски «Каким я хочу, чтобы меня видели»

Я в натуральную величину

Мое дерево

Мой портрет глазами группы

Мой сосуд

Наши ладошки

Превратности жизни

Портреты имен

Парное рисование

Сказочная страна

Карта моего внутреннего мира

Сон куклы

Линии конфликта

Рисование на руках

Герб моей семьи

Цветной мир

Рисуем музыку

15. Рисование мандал

Индийские мандалы

Рисунок в круге «Мандала»

Рисование мандал

Фруктовая мандала

16. Музыка-настроение.

Музыка-настроение.

Музыкотерапия.

Музыкотерапия. «Зимняя сказка»

Прощание со страхами

17. Сказкотерапия

Чтение сказки «Найда»

«Путешествие на облаке»

Сказкотерапия

Погружение в сказку.

Сказочная импровизация. Сказкотерапия.

«Хорошие и плохие сказочные герои» ч1

«Хорошие и плохие сказочные герои» ч2

Сказкотерапия «Жадный великан» (познавательно-аффективная ориентировка)

18 Леплю себя сам.

1. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Знакомство с правилами группы, установление межличностных отношений.	Комбинированное занятие	1	
2	Волшебные краски	Практическое занятие	1	
3	Живопись кончиками пальцев «Планета счастья»	Практическое занятие	1	
4	Рисование волшебными краскам «Морские узоры» (эбру-терапия)	Практическое занятие	1	
5	Техника набрызг. Рисование осенних листьев	Практическое занятие	1	
6	Техника марагия «Веселые кляксы»	Практическое занятие	1	
7	Монотипия	Практическое занятие	1	
8	Монотипия «Утренний пейзаж»	Практическое занятие	1	
9	Монотипия «Бабочка» (с использованием гелиевой ручки)	Практическое занятие	1	
10	«Игра ниток». Знакомство с техникой монотипии с использованием ниток.	Практическое занятие	1	
11	Ниткография «Волшебная игра ниток»	Практическое занятие	1	
12	Кляксография «Волшебные нитки»	Практическое занятие	1	
13	Коллаж «Какой Я»	Практическое занятие	1	
14	Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»	Практическое занятие	1	
15	Рисование по мокрому листу акварелью «Пейзаж»	Практическое занятие	1	
16	Гратаж «Птица»	Практическое занятие	1	
17	Гратаж «Подводный мир»	Практическое занятие	1	

18	Папье- маше «Две маски “Я”».	Практическое занятие	1	
19	Правополушарное рисование «Вечер в саванне»	Практическое занятие	1	
20	Правополушарное рисование «Океан»	Практическое занятие	1	
21	Правополушарное рисование «Цветущее дерево»	Практическое занятие	1	
22	Правополушарное рисование «Маки»	Практическое занятие	1	
23	Правополушарное рисование «У пруда»	Практическое занятие	1	
24	Правополушарное рисование «Одуванчики»	Практическое занятие	1	
25	Пластилинография «Божья коровка»	Практическое занятие	1	
26	Пластилинография «Виноградная гроздь»	Практическое занятие	1	
27	Пластилинография « Кукла»	Практическое занятие	1	
28	Техника тинга-тинга «Тукан»	Практическое занятие	1	
29	Тряпичные куклы	Практическое занятие	1	
30	Чудеса из теста	Практическое занятие	1	
31	Лепка из солёного теста «Фигура с закрытыми глазами»	Практическое занятие	1	
32	Лепка из теста. «Несуществующее животное»	Практическое занятие	1	
33	Индийские мандалы	Практическое занятие	1	
34	Рисунок в круге «Мандала»	Практическое занятие	1	
35	Рисование мандал	Практическое занятие	1	
36	Фруктовая мандала	Практическое занятие	1	
37	Маски «Каким меня видят»	Практическое занятие	1	

38	Маски «Каким я хочу, чтобы меня видели»	Практическое занятие	1	
39	Я в натуральную величину	Практическое занятие	1	
40	Мое дерево		1	
41	Тряпичные куклы	Практическое занятие	1	
42	Отдарок на подарок		1	
43	Мой портрет глазами группы	Практическое занятие	1	
44	Мой сосуд	Практическое занятие	1	
45	Наши ладошки	Практическое занятие	1	
46	Превратности жизни	Практическое занятие	1	
47	Портреты имен	Практическое занятие	1	
48	Парное рисование		1	
49	Сказочная страна	Практическое занятие	1	
50	Карта моего внутреннего мира	Практическое занятие	1	
51	Сон куклы	Практическое занятие	1	
52	Линии конфликта	Практическое занятие	1	
53	Рисование на руках	Практическое занятие	1	
54	Герб моей семьи	Практическое занятие	1	
55	Цветной мир	Практическое занятие	1	
56	Рисуем музыку	Практическое занятие	1	
57	Музыка-настроение.	Практическое занятие	1	
58	Музыкотерапия.	Практическое занятие	1	
59	Музыкотерапия. «Зимняя сказка»	Практическое занятие	1	
60	Прощание со страхами	Практическое занятие	1	
61	Чтение сказки «Найда». Сказкотерапия	Практическое занятие	1	
62	«Путешествие на облаке» Сказкотерапия	Практическое занятие	1	

63	Погружение в сказку.	Практическое занятие	1	
64	Сказочная импровизация. Сказкотерапия.	Практическое занятие	1	
65	«Хорошие и плохие сказочные герои» ч1	Практическое занятие	1	
66	«Хорошие и плохие сказочные герои» ч2	Практическое занятие	1	
67	Сказкотерапия «Жадный великан» (познавательльно-аффективная ориентировка)	Практическое занятие	1	
68	Леплю себя сам.	Заключительное занятие	1	
	Итого		68	

Список литературы

1. Аметова Л.А. «Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт». М., 2003.
2. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – В кн.: Игры, в которые играют люди. – СПб.: Лениздат, 2004
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Путь к волшебству, Теория и практика арт-терапии». СПб.: Златоуст, 2005.
4. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. – М.: «Когито-Центр», 2010.
5. Короткова Л.Д. «Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста». СПб.: Речь -2001.
6. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008.
7. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб, 2007.