

**1 Пояснительная записка*.***

Программа реализуется в рамках федерального проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в части создания новых мест дополнительного образования детей.

Арт-терапия- новое перспективное направление, которое появилось на стыке искусства и психологии. Принципы арт-терапии-забота о психологическом здоровье и эмоциональном самочуствии посредством творчества.

Методами арт-терапии можно справиться с различными негативными состояниями, такими как – тревожность, страхи, депрессия, агрессивность и многими другими психологическими проблемами, которые мешают человеку жить и тормозят его развитие.
 С помощью арт-терапии развивается контроль над своим психологическим состояние, ведь, как известно, оно может очень меняться, особенно, если в жизни присутствуют стрессовые ситуации.

Еще одно весомое преимущество арт-терапии заключается в том, что она не имеет противопоказаний и дает изумительные результаты как при работе с детьми и подростками, так и при работе со взрослыми.

Арт-методы позволяют получить доступ к самым скрытым переживаниям ребенка и корректно помочь ему, особенно при обращении к тем реальным  проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать вербально. Работа над рисунками картинами, скульптурами – это безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций (К. Рудестам).

Методы арт-терапии позволяют проработать  мысли и эмоции, которые человек привык подавлять.

Помимо всего этого у ребенка развивается чувство внутреннего контроля, т.к. при проведении занятий задействованы кинестетические и зрительные анализаторы, что стимулирует развитие сенсомоторных умений и в целом – правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве.

***Направленность***

 Одной из основных проблем у детей, воспитывающихся в настоящее время является высокий уровень тревожности. Тревожность – это индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также низким порогом его возникновения. Вопрос о причинах возникновения тревожности в настоящее время остается открытым. Однако большинство психологов считает, что причина кроется в нарушении детско–родительских отношений.
По сравнению с домашними детьми, ребенку, в условиях загруженности родителей в век скоростных информационных технологий, недостает доверительного тёплого общения, заботы и ласки. В этом случае коллективная, творческая, трудовая деятельность способна создать эмоционально теплую атмосферу. Рядом с ребенком в школе должны находиться педагоги, способные замечать и оценивать их первые успехи в жизни, предупреждать нарушения в психическом и личностном развитии ребенка.
Эффективным методом снижения уровня тревожности у детей и подростков, а также методом, направленным на профилактику девиантного поведения, выступает метод арт- терапии. Творческая деятельность помогает ребенку найти себя, реализовать свой потенциал, преодолеть свои страхи и неуверенность.

***Новизна***

 Программа носит модифицированный характер. Арт-терапия давно уже покинула кабинет медика-психотерапевта, а также врача-реабилитолога и вышла в самые широкие народные массы. Новизна в том, что программа предусматривает различные формы работы , начиная с наблюдения за окружающим миром и заканчивая созданием готового изделия, отображающего суть внутри личностного состояния. В процессе реализации данной программы, педагог подходит к каждому воспитаннику как к самобытной личности, обладающей своими чертами характера и способностями. Поэтому программа предусматривает дифференцированное обучение детей.

***Актуальность***

Использование методов арт- терапии в работе с детьми позволит глубже понять внутренний мир ребенка, его проблемы, переживания, так как арт-терапия ресурсна, она находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности в своих силах.

***Педагогическая целесообразность программы***

  В процессе реализации данной программы воспитанники не только обучаются рисовать, а постигают как, посредством арт-терапии, справиться с проблемами, вызывающими у него запредельные эмоции, дать выход творческой энергии. Учащиеся вооружаются одним из доступных и приятных для них способов снятия эмоционального напряжения.

***Отличительные особенности программы***

 В отличие от многих коррекционно-развивающих направлений, 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. Методы арт-терапии очень эффективны при работе с подростками. Как правило, у них слабо развито рефлексивное Я, в связи, с чем им очень сложно выразить словами происходящее с ними. Для большинства из них характерно наличие негативной «Я-концепции», которую можно изменить, улучшить, используя богатый ресурс арт-технологий.

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

***Уровень программы***

 «Базовый уровень».

Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы

***Цель программы-***

формирование психологически здоровой социально-адаптивной личности с использовангием методов художественного самовыражения.

***Задачи программы:***

• развитие эмпатии и эмоционального интеллекта;

• осознание уникальности образа "Я" ;

• формирование адекватной самооценки;

• развитие творческого воображения;

• снятие эмоционального напряжения;

• коррекция механизмов психологической защиты ;

• коррекция тревожности, негативных установок, социальных барьеров;

• повышение ассертивности в новых условиях внешней среды и развитие чувства собственной значимости;

• формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);

• поощрение позитивных форм активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.);

• развитие контроля над эмоционально-волевой сферой;

• развитие ответственности и доверия друг другу;

• развитие навыков активного слушания и самопрезентации.

***Подзадачи программы:***

формирование успешных детско-родительских отношений на основе эффективной коммуникации и формы поддерживающего родительства.

***Участники программы* :**

Данная программа предназначена для учащихся 7-11 лет ( в том числе для обучающихся с ОВЗ)

***Срок реализации программы***

Содержание программы реализуется за один год обучения.

Общий объем реализации программы- 64 часа

***Режим занятий***

Формы занятий – групповая, парная, индивидуальная.

Занятия  проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.
Групповой арт-терапевтический метод работы с детьми подразумевает работу одновременно в четырех направлениях:

* развитие воображения, творческого мышления (все арт-терапевтические упражнения стимулируют воображение ребенка, включают его фантазию, что способствует проявлению у ребенка творческого подхода к разным задачам) У участника появляется новое видение, новое понимание привычных предметов и явлений, что позволяет конструктивнее решать возникающие проблемы и выходить из сложных ситуаций.
* выражение ребенком своих актуальных чувств, эмоций и переживаний в творческих упражнениях, а также выражение укоренившихся эмоций, которые ребенок не мог своевременно выразить и которые мешают ему жить (страхи, обиды, злость и др.);
* самопознание ребенка (расширение представлений о себе, установление адекватной самооценки, повышение контроля за своими действиями);
* социализация (познание других людей, механизмов эффективных взаимоотношений с ними).

***Каждое занятие строится по единому принципу:***

* Приветствие (позволяет настроить ребят на работу в группе);
* Вводные разминочные упражнения (раскрепощают ребенка,позволяя создать доверительную атмосферу, погружают в тематику занятия);
* Игры и упражнения на развитие умения сотрудничать; активно слушать и перерабатывать информацию;
* Реализация арт-техники и обсуждение продукта (реализация собственно темы занятия);
* Рефлексия занятия (обсуждение мыслей, чувств, которые возникли относительно занятия, подведение итогов);
* Ритуал прощания;
* Обратная связь родителям.

Все занятия проходят в комфортной, доброжелательной обстановке в сопровождении релаксационной музыкой. Использование музыки помогает детям успокоиться, раскрепоститься и расслабиться, снять психологические зажимы, а так же настроиться на процесс творчества и углубиться в себя.

***Учебно-материальная база и оборудование***

Для занятий по профилю данной программы необходимо иметь:

- помещение с хорошим освещением

- ноутбуки

- рабочие столы, стулья, доска

- материалы и инструменты: папка с файлами, акварельные краски ,гуашь, восковые мелки, листы формата А4, А3,цветная бумага и картон, ножницы, клей, крупа, песок, глина, солёное тесто, пластилин, соль, мука, джутовый шпагат, мыльная основа, камни, нитки, крючки, фольга, обёрточная бумага и другие материалы.

***Ожидаемые результаты***

-Раскрытие внутренних ресурсов ребенка;

-Освобождение ребенка от негативных переживаний

 ( тревожности , страхов, агрессии), внутриличностных конфликтов;

-Адекватная самооценка и владение способами её повышения;

-Удовлетворенность собой и своим окружением;

-Свобода творческого самовыражения;

-Умение работать со своими переживаниями

***Способ проверки ожидаемых  результатов***

Тест «Несуществующее животное», «Моё государство», тест Люшера.

***Форма аттестации***

Краткий тест творческого мышления.

Участие в выставке творческих работ в рамках конкурса «Весеннее настроение».

1. **Планируемые результаты  освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

Освоение детьми программы  внеурочной деятельности «Арт-терапия» направлено на достижение комплекса  результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта. Программа обеспечивает достижение обучающихся  следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные результаты**

* добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность,
* положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
* бережное отношение к своему здоровью;
* проявление толерантности, уважительного отношения к иному мнению;
* овладение навыками коммуникации при общении со сверстниками в совместной деятельности.

**Метапредметными результатами** изучения курса  являются формирование следующих базовых учебных действий (УД).

Регулятивные УД:

* умение проговаривать последовательность действий;
* умение совместно с учителем и другими учениками давать  оценку действию;
* умение работать по предложенному учителем плану;
* организующие умения: вовремя приходить на занятие, организованно входить, знать и выполнять правила внутреннего распорядка, санитарно-гигиенические требования,
* умение соотносить выполненное задание с образцом, предложенным учителем,
* умение  формулировать совместно с учителем задание.

 Познавательные УД

* умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
* умение перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате  совместной  работы всего класса;
* умение анализировать, сравнивать, группировать различные материалы, инструменты;

Коммуникативные УД

* умение осуществлять совместную   деятельность;
* умение участвовать в работе группы, распределять обязанности, договариваться друг с другом.
* умение сотрудничать и оказывать взаимопомощь, доброжелательно и уважительно строить свое общение со сверстниками и взрослыми, умение слушать и понимать речь других;
* умение задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;

**Другими  результатами** изучения курса являются следующие знания и умения**:**

* выявления и инициации потенциальных художественных возможностей каждого ребенка,
* обогащения новым опытом художественной деятельности,
* развития эмоциональной сферы и творческой активности,
* повышения мотивации к различным видам искусства,
* максимально быстрой адаптации средствами искусства в новом коллективе,
* развития и коррекции коммуникативных качеств личности, навыков конструктивного общения.
* активное участие  в процессе создания творческих работ;
* позитивный настрой детей в работе.

**Предметными результатами** изучения курса являются следующие знания и умения**:**

|  |  |
| --- | --- |
| Знания | Умения |
| Допустимый уровень |  |
| * Материалы  и приспособления, применяемые при работе с природным материалом, разнообразие техники работ с  природным материалом,
* Понятие   «аппликация», виды аппликации, цветовое и композиционное решение;
* Виды  бумаги , ее свойства и применение, материалы и приспособления, применяемые при работе с бумагой, разнообразие техник работ с бумагой;
* Повышение  мотивации к различным видам искусства,
* Представление  о самих себе, развитие интереса к самому себе.
* Развитие уверенности в себе, повышение самооценки.
* гармонизация эмоционального состояния.
* новые приёмы рисования.
* Приемы снятия эмоционального и мышечного напряжения.
* навыки позитивного  взаимодействия

художественные произведения отечественных и зарубежных авторов.- сказочных персонажей, осуществлять перенос знаний об эмоциональных состояниях на конкретные образы | - Способность целенаправленно выполнять действия по инструкции педагога.-Способность согласовывать свои действия и движения.- Способность опосредовать свою деятельность речью.- осуществлять презентацию индивидуального продукта.-Участвовать в коллективном разговоре, отвечать на вопросы и задавать их;  уметь различать наиболее распространенные геометрические фигуры и их цвета;  согласовывать свои действия с условиями игры;  изменять ролевое поведение в соответствии с разными ролями партнера;  находить нужные для осуществления игрового замысла атрибуты игры, использовать в процессе ее разнообразные заменители;  при столкновении с проблемами должны использовать свой внутренний потенциал и творчески подходить к их решению.- Узнавать предметы по словесному описанию без опоры на зрительное восприятие предметов. Уметь выделять предметы в группу (сказку), опираясь на зрительный образ, владеть техниками  конструктивного решения конфликтов, уметь преодолевать  свои страхи, адекватно выражать свои эмоцииуметь четко и ёмко излагать свои мысли. умение слушать и принимать чужую точку зрения;  умение высказывать, отстаивать свою точку зрения; Передавать в рисунке своё настроение. -  ---Создавать  композиции по теме. Уметь проводить коллективные исследования. задавать вопросы, прогнозировать, вести устный диалог. |
| Минимальный уровень |  |
| * Правила поведения в общественных местах;
* правила общения со взрослыми;
* правила общения со сверстниками
* танцевальные движения  и музыкальные игры и  произведения
* эмоциональные состояния
* художественные произведения отечественных и зарубежных авторов.
 | - описывать признаки предметов и узнавать предметы по их признакам,- выделять существенные признаки предметов,- обобщать, делать несложные выводы,- классифицировать явления, предметы,- определять последовательность выполнения операций,- давать определения тем или иным понятиям,- осуществлять поисково-аналитическую деятельность для практического решения прикладных задач с использованием знаний, полученных при изучении учебных предметов,  - слушать и понимать обращенную к нему речь, |

**Оценка  планируемых результатов освоения программы**

        В основу программы положены ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в мероприятиях.  О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

* по оценке творческой продукции ребенка;
* по повышению уровня общей  культуры;
* по введению речевого материала занятий в активный словарь обучающихся;
* по отношению в коллективе.

Воспитательные результаты освоения программы оцениваются по трем уровням:

|  |  |
| --- | --- |
| *Первый уровень результатов* | знаниетанцевальных движений и музыкальных игр и  произведений, эмоциональных состояний сказочных персонажей,  художественных произведений отечественных и зарубежных авторов, форм, величин, цвета, знание негативных проявлений, которые портят жизнь и ребенку и окружающим его людям. Правила поведения в общественных местах;  правила общения со взрослыми;  правила общения со сверстниками (девочками и мальчиками);  различныхтехник рисования,  7 цветов сектора, их оттенки по насыщенности и цветовому тону. |
| *Второй уровень результатов* | умения различать речевые и неречевые звуки; выполнять упражнения в определенном ритме и темпе; сравнивать музыкальные звуки по громкости и длительности звучания, различать характер мелодии (веселая – грустная), Узнавать предметы по словесному описанию без опоры на зрительное восприятие предметов, преодолевать  свои страхи, адекватно выражать свои эмоции, слушать и понимать обращенную к нему речь, участвовать в коллективном разговоре, отвечать на вопросы и задавать их;  уметь согласовывать свои действия с условиями игры;  изменять ролевое поведение в соответствии с разными ролями партнера;  находить нужные для осуществления игрового замысла атрибуты игры, использовать в процессе ее разнообразные заменители;   уметь четко и ёмко излагать свои мысли. умение слушать и принимать чужую точку зрения;  умение высказывать, отстаивать свою точку зрения; Передавать в рисунке своё настроение. Создавать  композиции по теме. Уметь проводить коллективные исследования. задавать вопросы, прогнозировать, вести устный диалог. |
| *Третий уровень результатов* | Получение обучающимися с умственной отсталостью начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование социально приемлемых моделей поведения. |

**3.** **Содержание программы**

 1. **Введение в дополнительную образовательную программу.**

**Цель:** знакомство участников, сплочение группы, настрой на совместную работу, развитие креативности и воображения.

**Задачи:** сенсорно-перцептивное развитие, снятие эмоционального напряжения, развитие гибкости, оригинальности мышления.

Объяснение понятия групповой работы, ее целей, задач.

Выработка правил группы. (см. Приложение 1)

Знакомство с Техникой Безопасности на занятиях.

Участники предлагают ритуал приветствия, который будет использоваться на каждом занятии. Выбирается понравившийся всем ритуал (например, " Волшебные очки" или " Живой клубок".

Участники предлагают ритуал прощания, который будет использоваться на каждом занятии. Выбирается понравившийся всем ритуал (например, становимся в круг, беремся за руки и дружно говорим «До свидания»).

**Упражнение «Групповой рисунок»**

Необходимо нарисовать на ватмане совместно всем "Дом для группы". Распределить между собой роли в процессе его создания. Время работы 15 минут.

**Упражнение «Листья».**

Количество листьев с одного вида дерева должно соответствовать числу участников. Каждый берет себе один листик. Задание: в течение одной минуты рассмотреть и запомнить его особенности. Затем все перемешивается. После этого каждый пытается найти свой листик.

Обсуждение: что помогло найти свой листик?

Педагог:В толпе все люди одинаковые, как и листья на деревьях, когда находятся вместе. Чтобы увидеть особенности человека нужно потратить время, проявить внимание, присмотреться к нему. Не все могут сразу открыться.

**Тестирование:** Тест Люшера. Тест "Дерево". Тест "Моё государство". "Лесенка".

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**2. "Самопрезентация "**

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие командообразования.

**Задачи:** снижение уровня тревожности, развитие навыков эффективного взаимодействия, развитие воображения, ассоциативного мышления.

**Необходимые материалы:** листы бумаги А3, гуашь, цветные карандаши и фломастеры, клей, эмблемы с изображением льва и солнца.

**Ритуал приветствия:**  упражнение *"Волшебные очки".* Учимся делать и принимать комплименты. Каждый участник по кругу, надевая очки, обращается к соседу справа со словами "Наяву, а не во сне, скажи-что прекрасного во мне?"

**Арт-терапевтическое упражнение:** самопрезентация команды.

Предлагаем разделиться всем участникам на 2 группы (львята и солнышки), раскрасить изображения эмблем команд каждым участником. Время – 10-15 минут. Затем каждая команда наклеивает эмблемы на ватман. Группы по очереди выходят презентовать себя, своё название, девиз и эмблемы, предварительно выбирая одного ведущего. Важный момент – договориться, кто будет рассказывать.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**3. «Значок героя»**

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** заготовки для значка, эпоксидная смола, бусины, блёстки, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Клубочек»:* Участники разматывают клубочек, передавая его любому участнику и говоря адресату комплимент. При этом нить клубка они цепляют за собственный палец. Таким образом, образуется паутинка. Педагогу необходимо проследить, чтобы комплимент получил каждый участник. Разматывается паутинка, говоря пожелания друг другу.

**Арт-терапевтическое упражнение:** создание значка героя (с использованием заготовок, бусин, блёсток и эпоксидной смолы.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**4. «Букет цветов».** *Живопись кончиками пальцев*

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности

**Задачи:** снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** листы бумаги А3, гуашь, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия:**

*Упражнение «Имя-движение»:* Первый участник называет свое имя и производит любое движение. Второй участник повторяет имя и движение предыдущего и называет свое имя, производя новое движение и т.д. по принципу «Снежный ком».

**Арт-терапевтическое упражнение:** рисунок цветочных пейзажей ладошками и пальчиками.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Отвечают на вопросы: Что понравилось, что не отозвалось и что полезного возьмут дети с собой.

**Ритуал прощания.**

**5. «Осенний букет»**

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** кленовые листья и нитки,скотч зеленого цвета, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Клубочек»:* Участники разматывают клубочек, передавая его любому участнику и говоря адресату комплимент. При этом нить клубка они цепляют за собственный палец. Таким образом, образуется паутинка. Педагогу необходимо проследить, чтобы комплимент получил каждый участник. Разматывается паутинка, говоря пожелания друг другу.

**Арт-терапевтическое упражнение:** создание осеннего букета.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**6.**  **«Моё настроение»**

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности

**Задачи:** снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** листы бумаги А3, гуашь, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой, релаксационная музыка.Также магнитная доска, магниты; картинки: веселый крокодил,грустный львенок, злой (сердитый) мышонок, испуганный слоненок, обиженный пингвин, удивленный филин.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение "Что случилось":* Один из детей - водящий, остальные - «наблюдатели» и «советчики».

Педагог предлагает водящему выбрать любую картинку, прикрепить ее к

магнитной доске и ответить на вопросы:

- Кто это?

- Какое у него настроение?

- Какие чувства (эмоции) он испытывает?

- Почему? Что с ним случилось?

- Что ты ему посоветуешь?

«Наблюдатели» и «советчики» слушают ответы на вопросы и высказывают свое

мнение.

Затем водящий меняется, упражнение возобновляется.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Пальчиковая живопись.

**Обсуждение:** Нахождение совместными усилиями общего и отличительного во всех рисунках.

**Рефлексия.** Обсуждение занятия.

**Ритуал прощания.**

**7.** **«Размываем обиду красками».** *Рисование по мокрому листу бумаги.*

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, повышение самооценки, развитие креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления, творческого восприятия.

**Необходимые материалы:** магнитная доска, карточки, фломастеры, листы акварельной бумаги, акварель, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой.

**Ритуал приветствия.**

**Упражнение "Поступки"**

Один из детей - водящий, остальные - «наблюдатели» и «советчики».

Педагог вертикальной линией разделяет доску и делит линией пополам. В левой части доски пишет знак «-», в правой -«-г».

Водящему предлагается найти картинку с изображением плохого поступка, прикрепить её под знаком «-» и обосновать свой выбор. Далее водящему надо подобрать парную картинку, на которой изображен хороший поступок, прикрепить её под знаком «+» и пояснить свое решение.

«Наблюдатель» и «советчик» следят за ходом работы и делятся своим мнением.

**Артерапевтическое упражнение:** Рисование радуги над морским пейзажем по мокрому листу бумаги.

**Обсуждение:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Рефлексия:**

**Ритуал прощания.**

**8. «Выговариваем печаль чёрным цветом»**

**Цель:** осознание собственных переживаний и эмоциональных состояний, развитие творческого мышления.

**Задачи:** познание своего «Я», снижение уровня тревожности, повышение самооценки, развитие воображения, творческого мышления, креативности.

**Необходимые материалы:** листы бумаги А4 подготовленные для рисования в технике "граттаж" и закрашенные черной гуашью, скребки, трафареты и релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Подарок по кругу»:* участники по кругу дарят друг другу один и тот же подарок (не вербально). В итоге сравниваются тот подарок, который дарил первый участник  с тем подарком, который получил последний участник (по принципу «Сломанный телефон»).

**Артерапевтическое упражнение:** Рисование скребком по черному листу бумаги в технике "граттаж"

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

 **9.** **«Волшебные нитки»**

**Цель:** спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** гуашь жидкая, пластмассовые стаканы, шнурки, либо нитки шерстяные, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*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.

**Артерапевтическое упражнение:** клякография "Зимний пейзаж", при помощи ниток и шнурков.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**10. «Куст роз» из гафрированной бумаги.**

**Цель:**познание себя, повышение уверенности в себе, спонтанное самовыражение.

**Задачи:** снижение уровня тревожности, развитие навыков эффективного взаимодействия, развитие воображения, ассоциативного мышления.

**Необходимые материалы:** фольга, гафрированная бумага красного цвета, нитки, скотч зеленого цвета, измельчённая лаванда, палочки для суши.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение "Эхо".*

Педагог разделяет детей на две команды. Одна из команд – «выдумщики»,другая – «эхо». Команда «выдумщиков» советуется и решает, кто и какое слово назовет по

определенной теме. Затем игроки этой команды поочередно произносят задуманные слова и спрашивают команду «эхо»: «Какое слово сказал Витя (Коля и т.д.)? Команда «эхо» должна дружно отвечать на вопросы команды –соперницы.

Затем команды меняются местами, игра возобновляется*.*

**Арт-терапевтическое упражнение:** "Роза с лавандой"-поделка.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**11. «Рисуем Госпожу Удачу**»

**Цель:** самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие творческого мышления, креативности.

**Задачи:** снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, познание своего «Я».

**Необходимые материалы:** бумаги А4, акварельные краски, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*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:** Рисование волшебными красками.

«Волшебная краска» изготавливается самими детьми.

Рецепт краски (в расчете на одного ребенка): 150 г муки, щепотка соли, столовая ложка растительного масла, столовая ложка клея ПВА, воды добавляется столько, чтобы краска по консистенции была, как густая сметана.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**12. «Фигура с закрытыми глазами».** *Лепка из солёного теста*

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления.

Необходимые материалы: Солёное тесто, стеки.

**Ритуал приветствия.**

*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:** Лепка из солёного теста.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**13. «Подводный мир»**

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, проработка страхов, развитие креативности.

**Задачи:** развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, беглости, гибкости, ассоциативности мышления, творческое самовыражение.

**Ритуал приветствия.**

**Проективный тест «Морские сокровища»**

Небольшой проективный тест «Морские сокровища» прояснит ваши цели и подскажет, какие ресурсы вам необходимы в первую очередь. Результаты приведенного теста в картинках – это материал для размышления. Для более точного понимания своих целей и личностного потенциала желательно обратиться к другим методикам.

Порядок работы

На этом рисунке вы видите небольшой кусочек морского пейзажа, точнее, морского дна. Вам надо, во-первых, дополнить эту картину деталями, завершить ее, а во-вторых, особое внимание обратить на сундук. Как вы уже заметили, он раскрыт, но пуст. Заполните его тем содержимым, которое сочтете наиболее подходящим и верно отражающим ваши мысли.

**Арт-терапевтическое упражнение:** пластилинографика.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениям и мыслями.

**Ритуал прощания.**

**14. «Маска печали»**

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, проработка страхов, развитие креативности.

**Задачи:** развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, беглости, гибкости, ассоциативности мышления, творческое самовыражение.

**Необходимые материалы:** мука, вода, соль пищевая, чашка для замешивания теста, клеенка, зубочистки, стеки.

**Ритуал приветствия.**

*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.

**Арт-терапевтическое упражнение**: Лепка из солёного теста.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**15. «Автопортрет»**

**Цель**: развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

**Задачи:** развитие интереса к себе повышение самооценки, развитие позитивной Я-концепции, развитие саморегуляции и самоуправления.

**Необходимые материалы:** мука, вода, соль пищевая, чашка для замешивания теста, клеенка, зубочистки, стеки.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение "Сокровища"*

Педагог ставит на стол сундучок, внутри которого находится какой – либо предмет.

С помощью считалки выбирается водящий. Он заглядывает в сундучок. Остальные

участники задают вопросы водящему о цвете, форме, назначении предмета,лежащего в сундучке. Водящему нужно отвечать на все вопросы словами «да» или «нет». Ребенок, который первым назовет то, что находится в сундучке, становится водящим. Педагог кладет в сундучок другой предмет, игра возобновляется.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Лепка из солёного теста.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**16. «Краски жизни» в стиле "тай-дай".**

**Цель:** Побуждение к размышлениям о ценности человеческой жизни и неповторимости своей собственной, творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

Необходимые материалы: красители, вода, резинки, футболки или рубашки, пакет.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Клубочек»:* Участники разматывают клубочек, передавая его любому участнику и говоря адресату комплимент. При этом нить клубка они цепляют за собственный палец. Таким образом, образуется паутинка. Педагогу необходимо проследить, чтобы комплимент получил каждый участник. Разматывается паутинка, говоря пожелания друг другу.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Окрашивание хлопковых изделий в технике **"тай-дай".**

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу? Какие эмоции испытали?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**17. «Пленительное платье»**

**Цель:** творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности

**Задачи:** снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** Бумага туалетная, ножницы.

Ритуал приветствия.

*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:** Мумия

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**18.** **«Скульптура из бумаги»**

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления..

**Необходимые материалы:** фольга пищевая, бумага различной фактуры( газеты, журналы, салфетки) релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

***Упражнение "Интервью"***

Педагог разделяет детей на две команды. Одна команда – «эксперты» ,другая –

«журналисты»

Педагог говорит:

- Каждому «журналисту» нужно выбрать себе «эксперта» и взять у него интервью по

знакомой нам теме, например : "Город, в котором я живу"

Пожалуйста, играйте свои роли так, чтобы ваше поведение и речь были бы как у

настоящих журналистов и экспертов. Кто начнет первым?

Педагог выступает в роли наблюдателя.

Выигрывает пара, которая,по мнению большинства детей ,наиболее удачно сыграла

свои роли.

Оценивается степень внимания к партнеру, культура общения, артистизм*.*

**Арт-терапевтическое упражнение:** Бумагопластика-цветы из фольги.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**19. «Морская звезда»**

**Цель:** творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления.

**Необходимые материалы:** газетная бумага, пластилин, клейстер, кисти, салфетки, вазелин.

**Ритуал приветствия.**

*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.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Папье-маше.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**20.** **«Композиция из обёрточной бумаги»**

**Цель:**познание себя, повышение уверенности в себе, спонтанное самовыражение.

**Задачи:** снижение уровня тревожности, развитие навыков эффективного взаимодействия, развитие воображения, ассоциативного мышления.

**Необходимые материалы:** Обёрточная бумага различной фактуры, газеты, журналы, скотч, клей «ПВА», нитки.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Желанный подарок»:* Участникам предлагается невербально показать подарок, который они бы хотели получить. Остальные должны угадать, что это.
Затем педагог усложняет задание: «А какой же подарок можно пожелать, который нельзя потрогать, пощупать, но он тоже бывает очень нужен?» Здесь дети могут показать «любовь», «счастье», «здоровье» и т.д.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Бумагопластика.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

 **21. Коллаж «Я глазами разных людей»**

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

**Задачи:** развитие самопознания, повышение самооценки, рефлексия различных «Я-схем», развитие креативности...

**Необходимые материалы:** Газеты, журналы, бумага А3, клей, карандаши, фломастеры, ножницы.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Я – глазами других»:* ребята делятся на пары. Задача одного из пары отвечать на вопросы психолога за своего партнера (на время стать партнером). Тот, кого замещают, внимательно следит за ответами и определяет, что угадал партнер, а что нет. Затем дети меняются ролями.

Упражнение подводит участников к необходимости побольше узнать друг о друге и о себе.

Возможный перечень вопросов:

* Твой любимый цвет?
* Твое любимое мужское имя?
* Твое любимое женское имя?
* С симпатией ли ты относишься к домашней. живности? Если да, то кого предпочитаешь: собак, кошек, птиц, аквариумных рыбок или кого-то другого?
* Самая неприятная для тебя человеческая черта?
* Самое ценное для тебя человеческое качество?
* Твое любимое времяпрепровождение?
* Книги какого жанра ты предпочитаешь?
* Твое любимое время года (суток, недели)?
* Что ты любишь кушать?

Проводится обсуждение: Кем было интереснее быть? Почему? Что угадали про тебя? Что нет? Почему?

А как ты отвечал на вопросы за другого, чем руководствовался?

**Арт-терапевтическое упражнение** *«Коллаж «Какой Я».*

**Рефлексия***.* Обсуждение занятия.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Ритуал прощания.**

**22.** **«Найди доброе животное»**

**Цель:** спонтанное самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие креативности, творческого мышления.

**Задачи:** снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, фантазии.

**Необходимые материалы:** Альбомный лист, дополнительный лист для тренировочного упражнения, гуашь, набор фломастеров, кисть, салфетка, перо, баночка с тушью, готовые работы по кляксографии для образца.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Болото»:*

Педагог разделяет детей на пары, к каждой иа которых один участник получает три дощечки, другой -одну.

Педагог говорит:

- Представьте, что все превратились в зверей и оказались в болоте. Выбраться из него можно только парами и только с помощью дощечек. Тот, у кого дощечек больше, помогает своему партнеру выбраться из болота.По команде педагога пары участников поочередно выполняют задание. Затем дети меняются ролями, игра возобновляется. Оценивается готовность ребенка прийти иа помощь своему другу, а также предложенные им варианты.

**Арт-терапевтическое упражнение:** раскрашивание дудлов с изображением животных.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**23.** **«Весенние мотивы» (выдувание трубочкой для коктейля)**

**Цель:** спонтанное самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие креативности, творческого мышления.

**Задачи:** снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, фантазии.

**Необходимые материалы:** Репродукции с весенними мотивами, альбомный лист, набор гуашевых красок, кисть, трубочка для коктейля, стаканчик с водой, салфетка

**Ритуал приветствия.**

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

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

**Арт-терапевтическое упражнение:** Кляксография.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

 **24.** **«Удивительные планеты»**

**Цель:** творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.

Необходимые материалы: карандаши, бумага

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Картинная галерея»:*

Играющие садятся на стульчики, образуя круг.

Педагог показывает им картины с изображениями небесных светил. Каждый участник загадывает одну из них,

которая больше понравилась. Затем выбирается водящий. Он произносит

-Все картины хороши,

Но одна всё ж лучше!

Остальные участники с помощью вопросов пытаются угадать, какая картина

понравилась водящему. Ребенок, который первым назовет загаданную картину, становится водящим, игра возобновляется.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Создание лэпбуков на тему "Космос".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**25.** **«Карта звёздного неба»**

**Цель:** творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.

Необходимые материалы: предварительно подготовленная бумага под чёрной гуашью, снек.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Положительные и отрицательные качества человека»:* участники по кругу называют не повторяясь положительные качества человека, а затем отрицательные.

**Арт-терапевтическое упражнение:** рисунок "Большая медведица"в технике "граттаж".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**26.** **«Воображаемый зверь»**

**Цель:** творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности.

**Задачи:** снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.

Необходимые материалы: гуашь,шнур, ватные палочки, бумага

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Поменяйтесь местами»:* ведущий называет какой-либо признак, участники, кто обладает данным признаком меняются местами. Задача ведущего —  успеть занять чье-то место.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Кляксография.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**27. «Что такое мечта».** *Проективное рисование*

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления.

Необходимые материалы: карандаши, бумага

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Пожелание по кругу»:* ребята желают что-то своему соседу справа то, что они хотели бы пожелать себе.

*Упражнение «Ассоциации»:* ребята по кругу называют ассоциации определенных понятий, не повторяясь. Например, ассоциации со словом «Праздник», «Каникулы», «Школа», «Арт-студия».

**Арт-терапевтическое упражнение:** Проективное рисование " Мост".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**28**. **«Мой обычный день»**

**Цель:** развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления..

Необходимые материалы: карандаши, бумага

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Строим фигуру»:* Участники, закрыв глаза и взявшись за руки, по сигналу ведущего должны построить обозначенную фигуру (круг, треугольник, квадрат)

**Арт-терапевтическое упражнение:** Проективное рисование "Ромашка поддержки".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**29.** **«Три желания»**

**Цель:** спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения

Необходимые материалы: карандаши, бумага

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Пожелание по кругу»:* ребята желают что-то своему соседу справа то, что они хотели бы пожелать себе.

*Упражнение «Ассоциации»:* ребята по кругу называют ассоциации определенных понятий, не повторяясь. Например, ассоциации со словом «Праздник», «Каникулы», «Школа», «Арт-студия».

**Арт-терапевтическое упражнение:** Проективное рисование "Мой самый прекрасный дом".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**30.** **«Остров счастья»**

**Цель:** спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения

Необходимые материалы: карандаши, бумага

**Ритуал приветствия.**

Упражнение «Единство». Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает руку в кулак, и по команде ведущего все «выбрасывают» пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга, выбрали одно и то же число. Участникам запрещается переговариваться. Игра продолжается до тех пор, пока группа не достигнет своей цели.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Проективное рисование "Лестница успеха".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия**: Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**32**. **«Отражение в воде»**

**Цель:** спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** Фотоиллюстрация с пейзажем, отраженным в озере, альбомный лист, с готовой линией сгиба по вертикали, верхняя часть тонирована голубым цветом (небо), нижняя – синим (вода), акварель, кисть, салфетка.

**Ритуал приветствия.**

*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.

**Арт-терапевтическое упражнение:** Монотипия.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия**: Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**33.** **«Моё отражение»**

**Цель:** осознание собственных переживаний и эмоциональных состояний, развитие творческого мышления.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** гуашь жидкая, пластмассовые стаканы, кисточка, клеенка, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Пожелание по кругу»:* ребята желают что-то своему соседу справа то, что они хотели бы пожелать себе.

*Упражнение «Ассоциации»:* ребята по кругу называют ассоциации определенных понятий, не повторяясь. Например, ассоциации со словом «Праздник», «Каникулы», «Школа», «Арт-студия».

**Арт-терапевтическое упражнение:** Абстракция.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**34.** **«Дерево счастья»** *Монотипия*

**Цель:** спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** гуашь жидкая, пластмассовые стаканы, кисточка, клеенка, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение «Пожелание по кругу»:* ребята желают что-то своему соседу справа то, что они хотели бы пожелать себе.

*Упражнение «Ассоциации»:* ребята по кругу называют ассоциации определенных понятий, не повторяясь. Например, ассоциации со словом «Праздник», «Каникулы», «Школа», «Арт-студия».

**Арт-терапевтическое упражнение:** Монотипия "Древо".

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия**: Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

 **35.** **«Мамина радость»** (открытый урок совместно с родителями).

**Цель:** спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности, гармонизация детско-родительских отношений.

**Задачи:** актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения.

**Необходимые материалы:** утюг, клеенка, фотобумага глянцевая, салфетки для вытирания утюга, мелки восковые, релаксационная музыка.

**Ритуал приветствия.**

*Упражнение" Скажи по-другому"*

Играющие садятся на стульчики, образуя круг.

Педагог говорит:

- Я буду произносить предложения, в каждом из которых буду голосом выделять

слово. Ваша задача заменить это слово другим, по значению словом.

Будьте внимательны – смысл предложения не должен измениться.

Примеры предложений:

- Девочка торопиться в школу:

- Мама смотрит в окно:

- Вчера Толя был грустным;

- Сегодня Толя весело хохочет. И так далее.

Ребенок, который первым дал верный ответ, получает фишку. Выигрывает тот, кто к концу игры соберет больше фишек.

**Ар-терапевтическое упражнение:** Энкаустика.

**Обсуждение:** Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

**Рефлексия:** Обсуждение занятия.Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

**Ритуал прощания.**

**36. Итоговое занятие. Тестирование. Выставка работ.**

**Учебно-тематический план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Количество часов |
| Всего | Теория | Практика |
| **1** |  Введение в дополнительную образовательную программу. | 6 | 6 | - |
| **2** |  Живопись кончиками пальцев | 6 |  | 6 |
| **3** |  Рисование по мокрому листу бумаги  | 6 | 1 |  5 |
| **4** |  Рисование волшебными краскам  | 4 | 0,5 | 3,5 |
| **4** |  Пластилиновый мир  | 8 |  | 8 |
| **5** | «Оригами»  | 4 |  | 4 |
| **6** | Работа с бумагой  | 10 | 2,5 | 7,5 |
| **7** | Кляксография  | 10 | 0,5 | 9,5 |
| **8** | Проективное рисование | 10 |  | 10 |
| **9** | Монотипия  | 8 | 0,5 | 7,5 |
|  |  |  |  |  |

                                      Итого:   72 11 61

**4 Календарно-тематический план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № занятия | Тема занятия | Количество часов  |
| Всего | План | Факт.дата |
|  Сентябрь | **8** |  |  |
|  1  | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности | 2 | 07.09 |  |
| 2 | Методы арт-терапии. Тестирование | 2 | 14.09 |  |
| 3 | Самопрезентация.  | 2 | 21.09 |  |
| 4 | Моя мотивация. Значки героя | 2 | 28.09 |  |
|                              Октябрь | **8** |  |  |
| 5 | Букет цветов | 2 | 05.10 |  |
| 6 | Осенний пейзаж | 2 | 12.10 |  |
| 7 | Моё настроение. Изготовление слайма. | 2 | 19.10 |  |
| 8 | Пластилинографика. | 2 | 26.10 |  |
|                                                        Ноябрь | **10** |  |  |
| 9 | Размываем обиду красками | 2 | 02.11 |  |
| 10 | Выговариваем печаль чёрным цветом | 2 | 09.11 |  |
| 11 | Волшебные нитки | 2 | 16.11 |  |
| 12 | Куст роз | 2 | 23.11 |  |
| 13 | Рисуем госпожу Удачу | 2 | 30.11 |  |
|                                                      Декабрь | **8** |  |  |
| 14 | Создание фигуры с закрытыми глазами | 2 | 07.12 |  |
| 15 | Подводный мир | 2 | 14.12 |  |
| 16 | Автопортрет | 2 | 21.12 |  |
| 17 | Как выглядит зло? | 2 | 28.12 |  |
|                                                     Январь | **6** |  |  |
| 18 | Мыльная фантазия | 2 | 11.01 |  |
| 19 | Краски жизни в стиле " Тай-дай" | 2 | 18.01 |  |
| 20 | Пленительное платье | 2 | 25.01 |  |
|                                                      Февраль | **8** |  |  |
| 21 | Скульптура из бумаги (оригами) | 2 | 01.02 |  |
| 22 | Папье- маше «Морская звезда» | 2 | 08.02 |  |
| 23 | Композиция из обёрточной бумаги | 2 | 15.02 |  |
| 24 | Коллаж "Я глазами разных людей". | 2 | 22.02 |  |
|                                                       Март | **10** |  |  |
| 25 | Найди доброе животное | 2 | 01.03 |  |
| 26 | Весенние мотивы (выдувание через соломинку) | 2 | 08.03 |  |
| 27 | Удивительные планеты | 2 | 15.03 |  |
| 28 | Карта звездного неба | 2 | 22.03 |  |
| 29 | Воображаемый зверь | 2 | 29.03 |  |
|                                                        Апрель | **8** |  |  |
| 30 | Что такое мечта? | 2 | 05.04 |  |
| 31 | Мой обычный день | 2 | 12.04 |  |
| 32 | Три желания | 2 | 19.04 |  |
| 33 | Остров счастья | 2 | 25.04 |  |
|                                                       Май | **6** |  |  |
| 34 | Дерево счастья | 2 | 10.05 |  |
| 35 | Мамина радость | 2 | 17.05 |  |
| 36 | Тестирование. Выставка творческих работ | 2 | 24.05 |  |

**4. 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). Выготский Л.С. Психология искусства. М., 1965.

4). Зеньковский В.В. «Психология детства» – М., 2000

5). Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. "Путь к волшебству, Теория и практика арт-терапии". СПб.: Златоуст, 2005.

6).Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. – М.: «Когито-Центр», 2010.

7). Короткова Л.Д. "Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста". СПб.: Речь -2001.

8).Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008.

9).Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. – М.: «Класс», 2005.

10). Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб, 2007.

11). Арттерапия /Под ред. Копытина А.И. Спб., 2001.

12). Арттерапия в эпоху постмодерна / Под ред. Копытина А.И., Спб. 2002.

13). Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арттерапии. М., 2002.

14). Грановская Р.Н. Элементы практической психологии. Л., 1988.

15). Карвасарский Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб.: Питер, 2000.

16). Келиш Э. В поисках смысла визуальных образов //Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии. 2002. Т.5, №1,. С. 33 -34.

17). Копытин А.И. Основы арттерапии. СПб., 1999.

18). Копытин А.И. Практикум по арттерапии. СПб., 2001.

19). Копытин А.И. Системная арттерапия. СПб., 2001.

20). Краткий тест творческого мышления. Фигурная форма: Пособие для школьных психологов / Под ред. Е.И. Щеблановой, И.С. Авериной. М., 1995.

21). Арапова И.В. Игры и упражнения на развитие коммуникативных навыков у младших школьников.М., 2008.

22). Алёшкина С.В. Образ успешного арт-коуча. М., 2018.

23). Петренко В.Ф. Кучеренко В.В. Взаимосвязь эмоций и цвета // Вестн. Моск. Ун-та.

Сер. 14. Психология. 1988, №3

24). Петухов В.В. Природа и культура // Вестн. Моск. Ун-та, Сер. 14. Психология.1991№4.

**Приложение 1.**

