

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №45 «Волчок»

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
от «04» 05 2023г.
Протокол № 4

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МБДОУ
от «12» 05 2023 №ДС45-11-188/3
Заведующий МБДОУ
С.Б. Гарипова

Подписано электронной подписью
Сертификат:
29C16C62621298917E3517B20405054C
Владелец:
Гарипова Светлана Борисовна
Действителен: 27.01.2023 с по 21.04.2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**
социально-гуманитарной направленности
«АРТ-терапия»

Возраст обучающихся: 3-5 лет
Срок реализации программы:
2023-2024 учебный год
Количество часов в месяц: 4 ч.
Автор-составитель программы:
Мусина Эльвира Фаридовна,
педагог-психолог

Сургут, 2023

**Паспорт дополнительной общеобразовательной программы
«АРТ-терапия»**

Полное название дополнительной общеобразовательной программы	Дополнительная общеобразовательная программа «АРТ-терапия»
Ф.И.О. педагогического работника, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Мусина Эльвира Фаридовна, педагог-психолог
Год разработки дополнительной общеобразовательной программы	2023
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Утверждена приказом МБДОУ от 12.05.2023 № ДС45-11-188/3
Информация о наличии рецензии	-
Цель дополнительной общеобразовательной программы	Устранение психологического напряжения и формирование положительного образа Я и самооценки.
Задачи дополнительной общеобразовательной программы	<ul style="list-style-type: none"> • развивать умение отражать актуальное состояние; • корректировать механизмы психологической защиты в виде демонстративности, негативизма, агрессии; • корректировать тревожность, негативные установки, социальные барьеры; • развивать чувства собственной значимости; • формировать способы эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства); • поощрять позитивные формы активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.); • познакомить с основными эмоциями человека; • развивать умения контролировать свои действия; • развивать воображение.

	<ul style="list-style-type: none"> • развитие мелкой моторики.
Информация об уровне дополнительной общеобразовательной программы	стартовый
Ожидаемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы	<p>К концу обучения по программе дети должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • снижение детской тревожности; • уменьшение уровня страхов; • принятие себя; • уменьшение агрессии в игровой ситуации; • формирование дифференциации своих чувств; • появление активности и самостоятельности у пассивных детей; • улучшение коммуникативных качеств личности; • приобретение навыков конструктивного общения.
Срок реализации дополнительной общеобразовательной программы	2023-2024 учебный год
Количество часов в неделю/месяц, необходимых для реализации дополнительной общеобразовательной программы	1 час/4 часа
Возраст обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе	3-5 лет

1. АННОТАЦИЯ

В настоящее время вырос интерес специалистов к механизму воздействия искусства на ребенка с нарушениями в эмоциональной и коммуникативной сфере.

Действительно, искусство является фактором художественного развития и оказывает большое психотерапевтическое воздействие, влияние на эмоциональную сферу ребенка, при этом выполняя коммуникативную, регулятивную функции. А участие ребенка с проблемами в художественной деятельности со сверстниками и взрослыми расширяет его социальный опыт, учит адекватному взаимодействию и общению в совместной деятельности, обеспечивает коррекцию нарушений коммуникативной сферы. Ребенок в коллективе проявляет индивидуальные особенности, что способствует формированию внутреннего мира ребенка с проблемами в развитии, утверждению в нем чувства социальной значимости.

Все виды искусства, с которыми ребенок с проблемами соприкасается в дошкольном возрасте, влияют на адекватность его поведения, помогают регулировать эмоциональные проявления в коллективе, семье, способствуют их коррекции. Психокоррекционный эффект воздействия искусства на ребенка с проблемами выражается также в том, что общение с искусством помогает ему «очиститься» от наслоившихся негативных переживаний, отрицательных проявлений и вступить на новый путь отношений с окружающим миром.

Арт-терапия – синтез нескольких областей научного знания (искусства, медицины и психологии), а в лечебной и психокоррекционной практике – совокупность методик, построенных на применении разных видов искусства в своеобразной символической форме и позволяющих с помощью стимулирования художественно-творческих (креативных) проявлений ребенка с проблемами осуществить коррекцию нарушений психосоматических, психосоматических, психоэмоциональных процессов и отклонений в личностном развитии (Е. А. Медведева).

«Исцеляющими» факторами являются групповая сплоченность и поддержка, реализация альтруистической потребности, освоение новых ролей и проявление латентных качеств личности, получение обратной связи в условиях особой, демократической атмосферы, обусловленной равенством прав и ответственности (теория И. Ялома).

Наблюдая за поведением некоторых детей отмечается быстрая эмоциональная истощаемость, проявляющаяся в гиперактивности, повышенной возбудимости, отсутствии желания участвовать в совместных занятиях и играх, конфликтных отношениях со сверстниками, агрессивном и демонстративном поведении и т. п.

Известно, что искусство способно изменить душевное и физическое состояние человека. Положительное эмоциональное возбуждение при рисовании усиливает внимание, тонизирует центральную нервную систему, облегчает установление контакта с людьми.

В этой связи целями предложенной Программы являются смягчение эмоционального дискомфорта у детей, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, таких как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожность, а также развитие коммуникативных навыков.

Методы арт-терапии очень актуальны при работе с детьми, т. к. для них важным является тренировка наблюдательности, развитие мыслительных способностей и фантазии, вербальных и невербальных коммуникативных навыков. Л. Д. Лебедева в своей книге «Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий» справедливо замечает, что «словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности. ...И ребенок, и взрослый в арт-терапевтическом процессе приобретает ценный опыт позитивных изменений».

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад №45 "Волчок" разработана в соответствии с:

- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- приказ Министерства просвещения РФ от 21 января 2019 г. N 32 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014;
- Примерной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с ЗПР (одобрена решением от 7.12 2017 г. Протокол № 6/17), детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением от 7.12 2017 г.

Протокол № 6/17), детей с тяжелыми нарушениями речи (одобрена решением от 7.12 2017 г. Протокол № 6/17)

- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Преимущества метода арт-терапии в том, что он:

предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально-приемлемой манере: рисование, живопись, лепка являются безопасными способами разрядки напряжения;

ускоряет прогресс в терапии: подсознательные конфликты и внутренние переживания легче выражаются с помощью зрительных образов;

позволяет работать с мыслями и чувствами, которые кажутся непреодолимыми;

помогает укрепить взаимоотношения между участниками;

способствует возникновению чувства внутреннего контроля и порядка;

развивает и усиливает внимание к чувствам;

усиливает ощущение собственной личностной ценности, повышает художественную компетентность.

Какие бывают виды арт - терапии?

- **Изотерапия** - рисование цветным песком, пальчиками на зеркале и на бумаге, пластилиновое рисование;

- **Цветотерапия** - (хромотерапия) - это направление, при котором используется воздействие цветовой гаммы на психоэмоциональное состояние дошкольника, на его самочувствие.;

- **Сказкотерапия** — это способ корректирования детских проблем психологического характера. Смысл заключается в том, что для ребенка рассказывается сказка, героем которой является он сам. При этом в самом повествовании сказки для главного героя продуманы определенные трудности, с которыми он должен непременно справиться;

- **Песочная терапия.** Игра с песком - это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с

песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных

фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное - он приобретает бесценный

опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в

настоящей сказке все заканчивается хорошо;

- **Терапия водой.** Вода – первый и любимый всеми детьми объект для исследования. Первое вещество, с которым с удовольствием знакомится ребенок, это вода. Она дает ребенку приятные ощущения, развивает различные рецепторы, предоставляет практически неограниченные

13

возможности развития познавательной активности. Ценность технологии заключается в том, что игры с водой один из самых приятных способов обучения. Это дает возможность использовать эту технологию для познавательно, речевого развития, обогащения эмоционального опыта ребенка, при трудностях с адаптацией;

- **Игротерапия** – воздействие на детей с использованием игр. Игра имеет сильное влияние на развитие личности ребенка, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких отношений, повышает самооценку. В игре формируется произвольное поведение ребенка, его социализация;

- **Музыкотерапия** – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыка способствует развитию творчества, фантазии. Мелодия действует особенно эффективно для гиперактивных детей, повышает интерес к окружающему миру, способствует развитию культуры ребенка.

Занятия с помощью средств арт-терапии проводятся в индивидуальной и групповой форме, во время НОД, самостоятельной деятельности.

Взаимодействие с детьми при помощи арт - терапии проходит очень плодотворно и интересно. Занятия строятся на игровом сюжете, где дети выполняют определенные задания педагога. Эта замечательная форма позволяет включить в него ряд речевых игр, упражнений, заданий на коррекцию речи, на развитие познавательных и психических процессов, сенсорных навыков.

При создании Программы учитывались и использовались научные данные отечественных и зарубежных авторов: в области исследования психологии эмоций – К. Э. Изарда, Л.С. Выготского, А. И. Копытина, А. Н. Леонтьева; методов арт-терапии – Д. Дилео, Л. Д. Лебедевой, Э. Крамер, К. Рудестама; психологической коррекции: Г. Л. Исуриной, М. В. Водинской, Г. А. Урунтаевой.

За основу взята программа Методического объединения дошкольных образовательных организаций педагогов-психологов города Оренбурга «АРТ –терапия как метод коррекции тревожности и страхов у детей»

Главный принцип Программы – ориентировка на «зону ближайшего развития».

3. Цель и задачи программы.

Цель программы - устранение психологического напряжения и формирование положительного образа Я и самооценки.

Задачи программы

- развивать умение отражать актуальное состояние;
- корректировать механизмы психологической защиты в виде демонстративности, негативизма, агрессии;
- корректировать тревожность, негативные установки, социальные барьеры;
- развивать чувства собственной значимости;
- формировать способы эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);
- поощрять позитивные формы активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.);
- познакомить с основными эмоциями человека;
- развивать умения контролировать свои действия;
- развивать воображение.
- развитие мелкой моторики.

4. Отличительные особенности данной программы

Работа по данной Программе «Цветные эмоции» раскрывает возможности арт-терапии в формировании эмоциональной лексики у детей.

5. Адресат программы. Программа рассчитана на детей с 3 до 5 лет.

Актуальным обучением для них является тренировка наблюдательности, развитие мыслительных способностей и фантазии, вербальных и невербальных коммуникативных навыков, мелкой моторики. Рекомендуемый максимальный состав группы – 9 человек.

6. Объем программы. Программой предусматривается нагрузка 8 занятий ежемесячно в течение 9 месяцев. Практические занятия составляют большую часть программы.

7. Формы организации образовательного процесса.

В процессе организации деятельности используются различные формы занятий:

Нетрадиционные формы: занятия-сказки.

Традиционные: комбинированные и практические занятия, игры и др.

В процессе занятий педагог-психолог направляет творчество детей не только на создание новых идей, но и на самопознание и открытие своего «Я». При этом необходимо добиваться, чтобы и сами дети могли осознать собственные

задатки и способности, поскольку это стимулирует их развитие. Тем самым они смогут осознанно развивать свои мыслительные и творческие способности.

8.Срок освоения программы. Полное прохождение программы включает в себя посещение занятий в течение 9 месяцев.

6.Режим занятий. Занятия проходят 2 раза в неделю по 20 минут, всего 72 занятия за период реализации программы.

7.Содержание работы:

Материал подбирается с учетом возрастных, индивидуальных особенностей детей и темой занятий. Для развития творческих способностей используются нетрадиционные техники рисования, экспериментирование различных художественных материалов, дидактические игры, физминутки.

Используемые методы:

- метод наглядности (рассматривание иллюстраций, наглядных пособий);
- словесный (беседа, использование художественного слова, пояснения);
- практический (самостоятельное выполнение изобразительной деятельности, изготовление кукол);

Используемые приемы:

- проблемно-мотивационный (стимулирует активность детей за счет включения проблемной ситуации в ход занятия);
- одномоментности (обеспечивает самостоятельный творческий поиск детьми средствами выразительности);
- мотивационный (убеждение, поощрение).

Для успешной реализации поставленных задач, программа предполагает тесное взаимодействие с педагогами и родителями. Такое сотрудничество определяет творческий и познавательный характер процесса, развитие творческих способностей детей и улучшение их эмоционального состояния, обуславливает его результативность.

8.Работа с педагогами предусматривает: беседы, консультации по развитию воображения и других психических процессов, также снижение эмоционального напряжения у детей, проведение семинара-практикума «Арт-терапия для детей дошкольного возраста"..

В программе широко используются технические средства обучения: ноутбук, музыкальный проигрыватель.

11.Работа с родителями предполагает: индивидуальные консультации, беседы, рекомендации, выпуск буклетов «Арт-терапия. Что это?».

12.Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Месяц	Неделя	Наименование
1	Сентябрь	1 неделя	Игра «Знакомство с камушками» (стр.16)
2		1 неделя	Игра «Продолжи узор» (стр.16)
3		2 неделя	Психо-гимнастическое упражнение «Считалочка-бормоталочка» в интеграции с музыкальной терапией (стр.17)
4		2 неделя	Упражнение «Рисунок своего тела» (стр.18)
5		3 неделя	Упражнение «Ракрашивание мандалы» (стр.18)
6		3 неделя	Упражнение «Страхи» (стр.20)
7		4 неделя	Упражнение «Невидимка» (стр.21)
8		4 неделя	Упражнение «Процарапывание» (стр.21)
9	Октябрь	1неделя	Упражнение «Парное рисование» (стр.22)
10		1неделя	Упражнение «Мелки — наперегонки» (стр.22)
11		2неделя	Упражнение «Разноцветие камней» (стр.22)
12		2неделя	Арт-терапевтическое упражнение «Цветок» (стр.23)
13		3неделя	Арт-терапевтическое упражнение «Каракули Виникотта» (стр.23)
14		3неделя	Арт-терапевтическое упражнение «Зеркальный монстр» (стр.23)
15		4неделя	Арт-терапевтическое упражнение «Кондитер» (стр.23)
16		4неделя	Арт-терапевтическое упражнение «Посмеемся над страхами» (стр.24)

17	Ноябрь	1 неделя	Арт-терапевтическое упражнение «Рисование под музыку» (стр.24)
18		1 неделя	Упражнение «Соленые рисунки и зубная краска» (стр.24)
19		2 неделя	Упражнение «Что такое мальчик? Что такое девочка?» (стр.25)
20		2 неделя	Упражнение «Маски» (стр.25)
21		3 неделя	Упражнение «Конверты радости и огорчений» (стр.25)
22		3 неделя	Упражнение «Художники-натуралисты» (стр.26)
23		4 неделя	Упражнение «Яичная мозаика» (стр.27)
24		4 неделя	Техника «Рисование на стекле» (стр.27)
25	Декабрь	1 неделя	Упражнения с элементами танце-двигательной терапии. «Танец 5-ти движений» (стр.28)
26		1 неделя	«Мелки - наперегонки» (стр.28)
27		2 неделя	Арт-терапевтическая техника рисования на клеёнке «Ахи-страхи» (стр.28)
28		2 неделя	Арт-терапевтическая техника телесно-ориентированной терапии «Пластилиновая фигурка» (стр.29)
29		3 неделя	Арт-терапевтическая техника работы с песком «Дом умиротворения» (стр.30)
30		3 неделя	Игра – разминка «Чудесные превращения» (стр.32)
31		4 неделя	Игра – разминка «Волшебный салют» (стр.32)
32		4 неделя	Упражнение «Рисование страха» (стр.33)
33	Январь	2 неделя	Упражнение «Настроение» (стр.33)
34		2 неделя	Упражнение «Превращение страха» (стр.33)
35		3 неделя	Упражнение «Волшебные зеркала»

			(стр.33)
36		3 неделя	Упражнение «Конверты радости и огорчений»(стр. 34)
37		4 неделя	"Слепой танец" (стр.35)
38		4 неделя	"Танцующие руки" (стр.35)
39	Февраль	1 неделя	Танец пяти движений (стр. 36)
40		1 неделя	Игровой тренинг с детьми 2–3-х лет "Крошки-Горошки, или В гостях у жука Бена» (стр.36)
41		2 неделя	Мозартика (стр.37)
42		2 неделя	Упражнение «Монотипия» (стр.38)
43		3 неделя	Упражнение «Игра наоборот» (стр.38)
44		3 неделя	Упражнение «Рисуем круги...» (стр.39)
45		4 неделя	Упражнение «Сказка о бабочке сновидений» (стр.40)
46		4 неделя	Упражнение «Маски» (стр.40)
47		Март	1 неделя
48	1 неделя		Упражнение «По сырому» (стр.41)
49	2неделя		Упражнение «Набрызгивание» (стр.41)
50	2 неделя		Упражнение «Невидимка. Рисование свечой» (стр. 42)
51	3 неделя		Упражнение «Прогулка по лесу» (стр. 42)
52	3 неделя		Упражнение «Спонтанное рисование» (стр.43)
53	4 неделя		Упражнение «Моя планета» (стр.43)
54	4 неделя		Игра «Двое с одним мелком» (стр.43)
55	Апрель	1 неделя	Упражнение «Рисунок на мятой бумаге» (стр.43)
56		1 неделя	Упражнение «Чернильные пятна и бабочки» (стр.44)
57		2 неделя	Техника «Раздувания краски» (стр.44)

58		2 неделя	Упражнение «Рисунок угольными мелками» (стр.44)
59		3 неделя	Техника «Каракули» (стр.44)
60		3 неделя	Упражнение «Рисуем настроение» (стр. 45)
61		4 неделя	Упражнение «Групповое рисование по кругу» (стр.45)
62		4 неделя	Упражнение «Рисунок пальцами» (стр.46)
63	Май	2 неделя	Упражнение «Волшебные краски» (стр.46)
64		2 неделя	Упражнение «История из жизни цветов» (стр.46)
65		3 неделя	Упражнение «Ладощка» (стр.50)
66		3 неделя	Игра-развлечение «Сладкая парочка» (стр.51)
67		4 неделя	АРТ-терапевтическая игра «На полянке» (стр.52)
68		4 неделя	Хочу быть счастливым! (стр.53)

13. Планируемые результаты

В результате освоения Программы «Цветные эмоции» предполагаются следующие изменения в поведении детей:

- снижение детской тревожности;
- уменьшение уровня страхов;
- принятие себя;
- уменьшение агрессии в игровой ситуации;
- формирование дифференциации своих чувств;
- появление активности и самостоятельности у пассивных детей;
- улучшение коммуникативных качеств личности;
- приобретение навыков конструктивного общения.

14. Комплекс организационно-педагогических условий

Для реализации дополнительной образовательной программы необходимо:

- помещение для проведения занятий;
- мебель (столы и стулья), соответствующие росту ребенка;
- материалы для продуктивного вида деятельности (бумага, картон цветной и белый, краски акварель и гуашь, цветные карандаши, графитовые карандаши, ватман, кисти, стаканчики, салфетки, фломастеры, цветная бумага и т.д.);
- компьютер, проектор, экран.

15. Структура занятия

Занятие строится в следующей последовательности:

- приветствие;
- игровые упражнения для развития мышления и воображения;
- непосредственно творческая деятельность;
- рефлексия занятия.

Обучение основывается на следующих педагогических принципах:

- доступности (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и воспитанника в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы).

Методические материалы:

- конспекты занятий;
- дидактические игры и упражнения.

Список литературы

1. Бреслав Г.А. Цветопсихология и цветолечение для всех. СПб., 2000.
2. Ермолаева М.В. Психология развития. М., 2000.
3. Запорожец А.В. Об эмоциях и их развитии у ребенка. М., 1986.
4. Зиневич-Евстигнева Т.Д., Нисневич Л.А. Как помочь «особому» ребенку. СПб., 2001.
5. Измайлов Ч.А. Цветовая характеристика эмоций./ Вестник МГУ, №4, 1995.
6. Ключева Н.В., Косаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Ярославль: Академия развития, 1996.

7. Колягина В. Г., Овчар О. Н. Формируем личность и речь дошкольников средствами арт-терапии. – М., 2005.
8. Копытин, А.И, Е.Е Свистовская. Арт-терапия детей и подростков / А.И.Копытин, Е.Е.Свистовская. – М.: Когито-центр, 2007.
9. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2002.
- 10.Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – Спб., 2008.
- 11.Мухина В.С Использование детских рисунков в целях диагностики. М.,1976.
- 12.Хухлаева О.В. Лесенки радости. М.: Совершенство, 1998.
- 13.«Арт-терапия как метод коррекции тревожности и страхов», методическое пособие для педагогических работников, г.Оренбург, 2020 г.

Интернет ресурсы

научная электронная библиотека