

Индивидуальный предприниматель Данилова Елена Геннадьевна

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель
_____ Данилова Е.Г.

«14» января 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА -
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«АРТ-ТЕРАПИЯ»

Направленность

социально-педагогическая и художественная

Уровень

базовый

Срок реализации

64 часа

г. Москва, 2025 г.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Настоящая программа разработана для детей и подростков и направлена на психологическое развитие и гармонизацию эмоционального состояния через различные виды художественного творчества. Программа основана на принципах арт-терапии и сочетает в себе методы психологии и искусства. Содержание программы соответствует возрастным особенностям детей и способствует развитию эмоционального интеллекта, творческих способностей и коммуникативных навыков.

Уровень освоения программы – базовый. По своему функциональному назначению программа является общеразвивающей и терапевтической.

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. No 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. No 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

1.2. Актуальность и педагогическая целенаправленность

Актуальность программы обусловлена:

- ростом психоэмоциональных нагрузок в современном обществе;
- необходимостью развития эмоционального интеллекта у детей и подростков;
- потребностью в безопасных способах выражения чувств и переживаний;
- важностью развития креативного мышления и творческих способностей.

Педагогическая целенаправленность программы заключается в создании безопасного пространства для самовыражения, развития эмоциональной сферы и формирования позитивного самоотношения через творческую деятельность.

1.3. Отличительные особенности программы

Отличительными особенностями программы являются:

- интеграция различных видов искусства (рисование, лепка, коллаж, драматерапия);
- акцент на процесс творчества, а не на результат;
- индивидуальный подход к каждому участнику;
- сочетание групповых и индивидуальных форм работы;
- использование экологичных материалов;
- создание атмосферы принятия и поддержки.

1.4. Цель и задачи программы

Цель: Гармонизация психоэмоционального состояния и развитие личности через творческое самовыражение.

Задачи:

Образовательные:

- обучить базовым техникам арт-терапии;
- сформировать навыки самовыражения через искусство;
- научить распознавать и выражать эмоции.

Развивающие:

- развить эмоциональный интеллект;
- совершенствовать творческие способности;
- развить навыки саморегуляции;
- улучшить коммуникативные навыки.

Воспитательные:

- воспитать позитивное самоотношение;
- сформировать толерантное отношение к другим;
- развить эмпатию и понимание чувств окружающих.

1.5. Категория обучающихся

Дети и подростки 4-12 лет. Группы формируются с учетом возраста:

- младшая группа (4-6 лет);
- старшая группа (7-12 лет);

Рекомендуемая наполняемость группы: 8-10 человек.

1.6. Срок реализации программы, общее количество часов

Срок реализации программы – 64 академических часа. Продолжительность академического часа составляет:

- для младшей группы 20 минут;
- для старшей группы 45 минут.

1.7. Формы организации образовательной программы и режим занятий

Программа реализуется в очной форме.

Режим занятий – 2 раза в неделю по 1 (одному) академическому часу. Либо 1 раз в неделю по 2 (два) академических часа.

1.8. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- повышение самооценки и уверенности в себе;
- развитие эмоциональной осознанности;
- формирование позитивного самоотношения;
- улучшение навыков самовыражения.

Метапредметные результаты:

- развитие креативного мышления;
- совершенствование коммуникативных навыков;
- умение работать в группе;
- развитие эмпатии и толерантности.

Предметные результаты:

- владение базовыми арт-терапевтическими техниками;
- умение использовать творчество для саморегуляции;
- навыки анализа и интерпретации творческих работ;
- способность к рефлексии и самоанализу.

1.9. Структура занятий

Структура занятия (30- 45 минут):

Ритуал начала (5 минут): приветствие, настрой на работу, обсуждение эмоционального состояния.

Разминка (5-10 минут): упражнения на активизацию творческого потенциала, игры на сплочение группы, двигательные упражнения.

Основная тема (10-15 минут): знакомство с техникой, инструктаж по выполнению задания. индивидуальная или групповая работа, экспериментирование с материалами, помощь и поддержка участников.

Рефлексия (10-15 минут): обсуждение процесса и результатов, анализ чувств и переживаний, обмен впечатлениями.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела и темы	Всего часов	Теория	Практика
I	<i>Введение в арт-терапию</i>	8	1	7
1.1	Знакомство с арт-терапией. Правила группы	2	0.5	1.5

№ п/п	Наименование раздела и темы	Всего часов	Теория	Практика
1.2	"Мой внутренний мир" - диагностический рисунок	2	0	2
1.3	Работа с цветом и эмоциями	2	0.5	1.5
1.4	Создание безопасного пространства	2	0	2
2	<i>Изобразительные техники</i>	20	2	18
2.1	Свободное рисование и каракули	4	0.5	3.5
2.2	Работа с акварелью "Настроение в цвете"	4	0.5	3.5
2.3	Монотипия и отпечатки	4	0.5	3.5
2.4	Рисование пальцами и ладонями	4	0.5	3.5
2.5	Групповой рисунок "Наш общий мир"	4	0	4
3	<i>Скульптурные техники</i>	12	1	11
3.1	Лепка из глины и пластилина	4	0.5	3.5
3.2	Создание масок "Разные лики"	4	0.5	3.5
3.3	Работа с природными материалами	4	0	4
4	<i>Коллаж и ассамбляж</i>	8	1	7
4.1	Техника коллажа "Карта желаний"	4	0.5	3.5
4.2	Создание мандал	4	0.5	3.5

№ п/п	Наименование раздела и темы	Всего часов	Теория	Практика
5	<i>Драматерапевтические техники</i>	8	1	7
5.1	Работа с образами и ролями	4	0.5	3.5
5.2	Куклотерапия и создание персонажей	4	0.5	3.5
6	<i>Итоговый проект</i>	8	0	8
6.1	Подготовка итоговой работы	4	0	4
6.2	Выставка работ и завершение курса	4	0	4
ИТОГО		64	6	58

3. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Форма аттестации: итоговая выставка творческих работ "Мой творческий путь".

Оценочные материалы:

- *дневник эмоций и творческих открытий;*
- *портфолио* творческих работ;
- *наблюдательный лист* динамики развития;
- *анкета* самооценки изменений.
- *анкетирование родителей* (устное или письменное) для получения обратной связи об изменениях в поведении и состоянии ребенка.

Критерии оценки: программа имеет безотметочную систему оценки.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:

- помещение, соответствующее всем требованиям и стандартам, затемненное, хорошо проветриваемое для осуществления образовательной деятельности;
- столы и стулья, соответствующими росту обучающихся;

- мольберты;
- материалы для рисования (краски, кисти, карандаши, мелки);
- материалы для лепки (глина, пластилин, тесто);
- бумага разных форматов и фактур;
- природные материалы, ткани, нитки;
- аудиоколонка для релаксации;
- место для хранения работ.

Кадровое обеспечение:

Педагог-психолог или педагог дополнительного образования, обладающий:

- высшим психологическим или педагогическим образованием;
- специальной подготовкой в области арт-терапии;
- опытом работы с детьми и подростками;
- навыками создания безопасной психологической атмосферы;
- знанием возрастной психологии.

Информационное обеспечение:

- методические разработки занятий;
- библиотека по арт-терапии и психологии;
- подборка музыкальных композиций для релаксации;
- образцы творческих работ;
- рекомендации для родителей.

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Копытин А.И. "Системная арт-терапия" - СПб., 2001
2. Лебедева Л.Д. "Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий" - СПб., 2003
3. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми" - СПб., 2006
4. Бетенски М. "Что ты видишь? Новые методы арт-терапии" - М., 2002

Для родителей:

1. Вальдес Одриосола М.С. "Арт-терапия в работе с детьми и подростками" - М., 2018
2. Кожохина С.К. "Путешествие в мир искусства" - СПб., 2002

Дидактические материалы:

1. Альбомы с репродукциями картин.
2. Коллекция природных материалов.
3. Подборка арт-терапевтических упражнений.
4. Карточки с эмоциями для работы.

Программа может адаптироваться под индивидуальные особенности участников и конкретные задачи группы.