

**Департамент образования г. Шахты
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г.Шахты
Ростовской области «Средняя общеобразовательная школа
№36 имени Н.В. Шапкина»**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

Зибера Н.Г.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по ВР

Дольская И.Г.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Зибера Н.Г.
Приказ № 229 от «01»
сентября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
социально-гуманитарной направленности
«Арт-психология»**

Уровень программы:

стартовый/ознакомительный

Вид программы:

модифицированная

Уровень программы: разноуровневая

Возраст детей: от 11 до 16 лет

Срок реализации: 1 год ,37 часов

Разработчик: педагог-психолог Соляник
М.Е

г. Шахты
2023-2024 учеб. год.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты):

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Арт -психология» для 5-9 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021г. №287 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022г. №568 «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021г. №287»
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) вредности для человека факторов среды обитания»;
- Авторской программы Вачков И.В. "Арт-терапия. Развитие самопознания через психологическую сказку". М.,2001.

Данная программа предусмотрена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Внеклассная деятельность организуется в рамках основной образовательной программы основного общего образования.

Актуальность программы.

Программа занятий «Арт-психология» основана на комплексном подходе, имеет индивидуальную коррекционно-развивающую направленность и ориентирована не столько на прямую передачу детям специальных умений и навыков, сколько на решение задач активизации их внутреннего потенциала, повышения мотивации к различным видам художественной деятельности, развития творческой активности, формирования адекватного межличностного поведения и конструктивного общения на основе эмоционально-значимой деятельности.

Дети в возрасте 11-16 лет обладают высокой чуткостью к происходящим событиям и эмоциональной окрашенностью их восприятия. Этот этап жизни, богатый разнообразными эмоциями, чувствами, требует от ребёнка правильного их понимания и соответствующего на них реагирования. Помочь детям восстановить эмоциональное равновесие способна арт -психология, как средство творческого свободного самовыражения личности, невербального языка искусства. Таким образом, арт-психология выступит средством адаптации, площадкой для регуляции эмоционального состояния школьника. Процесс создания творческого продукта позволит учащимся проявить свою фантазию, активизировать мышление и восприятие, увидеть результат своей деятельности в символической, художественной

форме, проявить свои творческие способности, развить коммуникационные навыки.

Общая характеристика курса

Главное преимущество занятий по арт-психологии в том, что каждый ребенок в группе сможет свободно выразить свою позицию, мнение в творческой форме. В процессе работы ребенок творчески самовыражается, развивает свои художественные способности в целом, повышает свои адаптационные способности за счет раскрытия внутренних ресурсов.

Арт-психологию часто называют исцеляющим творчеством, потому что оно приносит удовольствие, обучает выражать свои переживания как можно более спонтанно и произвольно. Арт-психология не имеет ограничений и противопоказаний.

В программе арт-терапии используются все виды искусства, которые и определяют ее направления:

- сказкотерапия;
- изотерапия;
- игротерапия;
- музыкотерапия.

Каждое направление имеет определенное коррекционно-развивающее значение.

Изотерапия способствует сенсорному развитию, формируют мотивационно-потребностную сторону их продуктивной деятельности, способствуют дифференциации восприятия, мелких движений руки, а также обеспечивают развитие произвольного внимания, воображения, речи, коммуникации.

Музыкотерапия помогает детям осваивать окружающую действительность, выраженную в музыкально-художественных образах. Активизирующиеся чувства, эмоции, переживания ребенка, создают условия для осмысления прекрасного и безобразного, доброго и злого, любви и ненависти, помогают эмоционально-чувственно и деятельно откликнуться на них, обеспечивают ощущение собственной самооценности, сопричастности с другими людьми, адекватности коммуникативных проявлений. Успокаивая эмоциональное состояние и наполняя его новыми радостными переживаниями, музыка помогает ребенку ослабить негативные реакции.

Сказкотерапия расширяет границы воображения, всегда вызывает интерес, эмоциональный отклик, определенные переживания. В процессе занятий закладывается фундамент читательской культуры, потребность в общении с книгой.

Игротерапия дает положительную динамику в качественном развитии воображения, формировании его творческого компонента. Они обеспечивают становление знаково-символической функции мышления, произвольного внимания, коррекции психоэмоционального состояния, а также способствуют развитию многих компонентов личности детей.

Это далеко не полный перечень коррекционных возможностей арт-терапии в образовании.

Арт-психология не имеет ограничений и противопоказаний, всегда ресурсная и используется практически во всех направлениях психотерапии, в педагогике, в социальной работе.

Любой человек способен выразить себя, свои чувства и свое состояние мелодией, звуком, движением, рисунком. Случается, так, что для некоторых людей - это единственный способ дать миру знать о себе, заявить о себе как о творческой личности. Предоставить такую возможность всем нуждающимся – задача арт-терапии.

В процессе занятий дети не только проявляют свои творческие способности, но и учатся устанавливать визуальный контакт, коммуникационные связи, выражать свое настроение, получить новые знания об искусстве, познать себя и своих одноклассников.

Арт-психология ресурсна, так как находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности детям в своих силах. Чем лучше ребенок умеет выражать себя, тем полноценнее его ощущение себя неповторимой личностью.

Стоит отметить, что игротерапия применяется на каждом занятии вместе с другими видами арт-терапии. Игровая форма занятия поможет учащемуся более раскрепощено выражать свое эмоциональное состояние и устанавливать межличностные связи.

Формы организации деятельности

- беседа;
- творческое занятие;
- игра;
- практикум;
- урок-показ;
- мастер-класс;
- тренинг.

Основная форма работы – практическое занятие, результатом которого будет творческий продукт ребенка.

Методы и приемы обучения

В процессе организации занятий используются следующие **методы работы**:

- упражнение – организованное повторение какого-либо планомерного действия для погружения в арт-терапевтическое занятие и его завершения;
- словесный метод, который включает в себя лекции, объяснительные и обобщающие беседы, коллективные обсуждения, диспуты и т. п.;
- наглядно-демонстрационный метод, подразумевающий использование различных аудио-видеосредств, способствующих более эффективному усвоению теоретического материала;
- практический метод, предполагающий использование различных форм самостоятельной работы - групповые практикумы, сюжетно-ролевые игры, тренинги, упражнения, творческие задания, творческие показы и т. п.

На занятиях используются следующие **приемы**:

- творческие задания;
- ассоциации;

- коллективная работа.

Структура занятий по арт-психологии:

- ритуал приветствия,
- разминочные упражнения,
- реализация арт-техники и обсуждение продукта,
- рефлексия занятия,
- ритуал прощания.

Основное содержание программы

Содержание данной программы кружковой деятельности школьников подчиняется следующим принципам:

- принцип системности - логическое построение содержания воспитательного процесса в соответствии с поставленными целями и задачами на каждом этапе их реализации;
- принцип гармоничности - комплексное развитие всех формируемых свойств и качеств личности в процессе воспитания;
- принцип преемственности и перспективности в выборе целей и задач воспитания;
- принцип оптимальности выбора форм, методов и средств реализации содержания;
- принцип интеграции изучаемого курса с предметами общеобразовательного и художественно-эстетического циклов;
- принцип доступности и легкости, предлагаемой детям теоретической информации;
- принцип тесной связи теории с практикой;
- принцип самореализации детей в творческой деятельности.

Цель программы: Инициация возможностей детей, развитие эмоциональной сферы, содействие благоприятному течению социально-психологической адаптации в средней школе, самовыражение детей в процессе творческой деятельности для регуляции их эмоционального состояния.

Задачи программы:

- формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников;
- способствовать выражению эмоционального состояния детей при помощи арт-психологических средств;
- помочь детям научиться реагировать на проявление эмоционального поведения других людей;
- сформировать у учащихся способность к успешной коммуникации;
- способствовать развитию сенсорных и моторных качеств ребенка;
- снизить уровень эмоционального напряжения детей;
- выявить у учащихся скрытые творческие способности;

- способствовать формированию мотивации к различным видам художественной деятельности;
- научить детей уверенной работе в команде.
- развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами;

Формы и методы работы:

1. Изотерапия - воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
2. Песочная терапия - воздействие через песок;
3. Сказкотерапия - воздействие посредством сказки, притчи.
4. Игровая терапия - воздействие с использованием игры.

Место кружка в учебном плане

Количество занятий – 1 час в неделю.

Общее количество часов: 34 ч.

Возраст учащихся – 11-16 лет.

Продолжительность занятия – 40 минут.

Форма работы – групповая и индивидуальная.

Часы распределены в соответствии с учебным планом МБОУ СОШ №36 г.Шахты, с учетом коррекционно-развивающей деятельности учащихся в рамках реализации ФГОС.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса:

Занятия по арт-психологии решают воспитательные, диагностические, коррекционные, развивающие педагогические задачи.

У ребенка появится понимание себя, своего внутреннего мира и эмоционального состояния. Диагностические тесты помогут педагогу определить направление приоритетных задач для развития каждого ребенка.

Предметными результатами являются:

- умение различать основные виды художественных материалов;
- формирование начальных знаний в области искусства;
- способность к созданию своего творческого продукта и воплощения в нем собственного внутреннего мира;
- уверенное владение техникой работы с различными видами материалов (ткань, бумага, нить, краски, цифровые материалы, глина, пластилин и т.д.).

Метапредметными результатами являются:

- освоение форм познавательной и личностной рефлексии;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения;
- объективная оценка результатов собственного труда;
- совершенствование знаково-символической деятельности учащихся;
- совершенствование произвольности психических процессов;

- совершенствование наглядно-действенного и наглядно-образного мышления;
- развитие моторных способностей детей.

Личностными результатами являются:

- развитие творческого воображения;
- выражение своего эмоционального состояния в процессе творчества;
- преодоление коммуникативного зажима;
- понимание своего внутреннего мира;
- развитие новых творческих способностей;
- появление учебной инициативности и самостоятельности суждений;
- формирование эмоциональной культуры учащихся;
- снижение эмоциональной тревожности;
- повышение самооценки;
- развитие самосознания;
- закрепление положительных поведенческих реакций;
- уверенная работа в группе, преодоление стеснения.

Сформированность универсальных учебных действий (УУД) в результате освоения программы:

Регулятивные УУД:

- овладение способностью принимать и сохранять цели деятельности;
- осуществление целеполагания;
- овладение действиями планирования — определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата;
- составление плана и последовательности действий;
- овладение действием контроля;
- осуществление действия коррекции;
- способность к действию оценки, оценка результатов работы;
- освоение способов решения проблем творческого характера;
- способность к рефлексии.

Личностные УУД:

- развитие положительного самосознания, самоинтереса, эмпатии;
- снижение уровня тревожности;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- овладение навыками адаптации в социуме.
- умение оценивать свое положение в системе социальных отношений.

Познавательные УУД:

- совершенствование логических операциями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации;
- установление аналогий, простых причинно-следственных связей;
- умение оценить собственные мысли и действия со стороны.

Коммуникативные УУД:

- способность к планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками; возможность постановки вопросов;
- способность к разрешению конфликтов;
- умения излагать свое мнение и оценку событий;
- умения знакомиться, присоединяться к группе;
- умения благодарить и принимать комплименты;
- умения выразить свои теплые чувства к другому;
- умения слушать и слышать собеседника;
- умение осознавать свои чувства и выражать их;
- умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.

Раздел 1. Учебный план

№ п/п		Количество часов			Форма контроля, аттестации
		Теория	Практика	Всего	
Раздел 1. Волшебный мир арт-психологии				10	
1.1	Знакомство		1		Тест, творческая работа
1.2	Осенняя фантазия. Работа с сухими листьями		1		творческая работа
1.3	Я и мои эмоции.		3		творческая работа
1.4	Тренинг межличностного взаимодействия		3		творческая работа
1.5	Групповой коллаж. «Мой мир»		2		творческая работа
Раздел 2. Игротерапия				5	
2.1	Тренируем свои эмоции		3		творческая работа
2.2	Социально- психологический тренинг. Всегда ли мы поступаем правильно?		1		творческая работа
2.3	Тренинг невербального общения		1		творческая работа
Раздел 3. Музыкатерапия				5	
3.1	Мир животных		1		творческая работа
3.2	«Музыка – настроение»		1		творческая работа
3.3	«Зимняя сказка»		1		творческая работа

3.4	«Исследуем себя» Эмоционально-личностное развитие		1		творческая работа
3.5	Работа в команде. Тренинг командообразования		1		творческая работа
Раздел 4. Сказкотерапия				5	
4.1	Погружение в сказку		1		творческая работа
4.2	Чтение сказки «Найда».		1		творческая работа
4.3	«Хорошие и плохие сказочные герои»		2		творческая работа
4.4	Мое дерево		1		творческая работа
Раздел 5. Изотерапия				12	
5.1	«Свободный рисунок в круге». Групповое рисование ватными палочками		1		творческая работа
5.2	«Несуществующий зверек». Взаимодействие с бумагой.		1		творческая работа
5.3	Лепка из теста. «Несуществующее животное»		1		творческая работа
5.4	«Прощание со страхами» Рисование карандашами		1		творческая работа
5.5	«Я и моя семья» Изотерапевтическая игра		1		урок-показ
5.6	Рисунок в круге «Мандала»		3		творческая работа
5.7	«Путаница» Занятие с использованием упражнений изотерапии и игротерапии		1		творческая работа
5.8	Коллаж «Какой Я» Я в натуральную величину		2		творческая работа
5.9	Заключительное занятие «Дарим радость» Подведение итогов. Лепка		1		урок –показ
	ИТОГО		37	37 часов	

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включая формы аттестации:

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Тема	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма проведения занятия	Место проведения	Форма контроля
<i>Раздел 1. Волшебный мир арт-психологии</i>							<i>(10 ч.)</i>
1	05.09	Знакомство.	1	Вторник 12.50 -13.30	практика	Кабинет релаксации	Тест, творческая работа
2	12.09	Осенняя фантазия. Работа с сухими листьями	1		практика		творческая работа
3	19.09	Я и мои эмоции.	1		практика		творческая работа
4	26.09	Я и мои эмоции. Обида. Злость.	1		практика		творческая работа
5	03.10	Я и мои эмоции. Радость.	1		практика		творческая работа
6	10.10	Тренинг межличностного взаимодействия	1		практика		творческая работа
7	17.10	Тренинг межличностного взаимодействия	1		практика		творческая работа
8	24.10	«Я и другие». Тренинг межличностного взаимодействия.	1		практика		творческая работа
9	31.10	Групповой коллаж. «Мой мир»	1		практика		творческая работа
10	07.11	Продолжение создания группового коллажа. «Мой мир»	1		практика		творческая работа

		мир»						
<i>Раздел 2. Игротерапия</i>				<i>(5ч)</i>				
11	14.11	Тренируем свои эмоции	1	Вторник 12.50 -13.30	практика	Кабинет релаксации	тренинг	
12	21.11	Тренируем свои эмоции	1		практика		тренинг	
13	28.12	Тренируем свои эмоции	1		практика		тренинг	
14	05.12	Социально- психологический тренинг. Всегда ли мы поступаем правильно?	1		практика		тренинг	
15	12.12	Тренинг невербального общения	1		практика		тренинг	
<i>Раздел 3. Музыкатерапия (5ч)</i>								
16	19.12	Мир животных	1		практика		творческая работа	
17	26.12	«Музыка – настроение»	1		практика		творческая работа	
18	09.01	«Зимняя сказка»	1		практика		творческая работа	
19	16.01	«Исследуем себя» Эмоционально-личностное развитие	1		практика		творческая работа	
20	23.01	Работа в команде. Тренинг командообразования	1	практика	тренинг			
<i>Раздел 4. Сказкотерапия (5ч)</i>								
21	30.01	Погружение в сказку	1	практика	урок – показ			

22	06.02	Чтение сказки «Найда».	1		практика		творческая работа
23	13.02	«Хорошие и плохие сказочные герои»	1		практика		творческая работа
24	20.02	«Хорошие и плохие сказочные герои»	1		практика		творческая работа
25	27.02	Мое дерево	1		практика		творческая работа
<i>Раздел 5. Изотерапия (12ч)</i>				Вторник 12.50 -13.30		Кабинет релаксации	
26	05.03	«Свободный рисунок в круге». Групповое рисование ватными палочками	1		практика		творческая работа
27	12.03	«Несуществующий зверек». Взаимодействие с бумагой.	1		практика		творческая работа
28	19.03	Лепка из теста. «Несуществующее животное»	1		практика		творческая работа
29	02.04	«Прощание со страхами» Рисование карандашами	1		практика		творческая работа
30	09.04	«Я и моя семья» Изотерапевтическая игра	1		практика		творческая работа
31	16.04	Рисунок в круге «Мандала»	1		практика		творческая работа
32	23.04	Рисунок в круге «Мандала»	1		практика		творческая работа
33	30.04	Рисунок в круге «Мандала» «Путешествие на облаке»	1		практика		творческая работа
34	07.05	Коллаж «Какой Я» Я в натуральную величину	1		практика		творческая работа

35	14.05	Коллаж «Какой Я» Я в натуральную величину	1	практика	творческая работа
36	21.05	«Путаница» Занятие с использованием упражнений изотерапии и игротерапии	1	практика	творческая работа
37	28.05	Заключительное занятие «Дарим радость» Подведение итогов. Лепка	1	практика	творческая работа

Планируемые результаты освоения курса арт-психологии:

В результате обучения, учащиеся будут знать:

- причины, вызывающие эмоциональное и физическое напряжение;
- способы снятия эмоционального и физического напряжения;
- разновидности искусства, арт-терапевтических инструментов.

В результате обучения, учащиеся будут уметь:

- выражать свои эмоции и чувства в творческой работе;
- уверенно общаться в группе;
- преодолевать негативные представления о собственной личности.
- самостоятельно снимать мышечное напряжение;
- распознавать свои эмоции и овладевать ими;
- анализировать свое эмоциональное состояние;
- работать с различными арт-терапевтическими средствами, техниками, инструментами.

Формы промежуточной аттестации

- урок-показ;
- практикум;
- творческая работа
- тренинг.

Описание учебно-методического обеспечения образовательного процесса

1. Аметова Л.А. «Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт». М., 2003.
2. Алексеева М.Ю. "Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя". М., 2003.
3. Бетенски М. "Что ты видишь? Новые методы арт-терапии". М., 2002.
4. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – В кн.: Игры, в которые играют люди. – СПб.: Лениздат, 2004
5. Богданович В. "Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы". Золотое Сечение, 2008.
6. Бурно М.Е. "Терапия творческим самовыражением". М., 1989.
7. Вальдес Одриосола М. - "Арттерапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности." Методическое пособие. Владос, 2005.
8. Вачков И.В. "Арт-терапия. Развитие самопознания через психологическую сказку". М., 2001.
9. Дженингс С., Минде А. "Сны, маски и образы. Практикум по арт-терапии". М., 2003.

10. "Диагностика в арт-терапии. Метод "Мандала" ред. А.И.Копытина. СПб., 2002.
11. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Путь к волшебству, Теория и практика арт-терапии». СПб.: Златоуст, 2005.
12. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. – М.: «Когито-Центр», 2010.
13. Короткова Л.Д. «Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста». СПб.: Речь -2001.
14. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми". СПб.: Речь, 2008.
15. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008.
16. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб, 2007.
17. Остер, Дж., Гоулд П. "Рисунок в психотерапии". М., 2000.
18. Сизова, А. В. Арттерапия как направление психолого-педагогической помощи детям с проблемами в развитии/ А. В.Сизова// научно-методический журнал «Коррекционная педагогика» – 2005. – №3(9). – С.76-80.