Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №76 комбинированного вида» городского округа Саранск

Рассмотрена и одобрена
на заседании педагогического
совета №1 от« 30 » августа 2021г.
Протокол №1 от « 30 » августа 2021г.

«Утверждаю»
Заведующая
МАДОУ «Детский сад №76
комбинированного вида»
Н.П.Шленкина

Шленкина Надежда Павловна

Подписан: Шленкина Надежда Павловна
DN: C=RU, OU=Заведующая, O="МАДОУ ""Детский сад №76 комбинированного вида""", CN=Шленкина Надежда Павловна, E=madou_76@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021-09-20 13:43:00
Foxit Reader Версия: 9.7.1

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА (ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА) «РАДУГА ЧУВСТВ»

Возраст детей: 4-5лет
Срок реализации: 1 год

**Составитель:**
Пиксайкина И.В.

**Саранск 2021**

# СОДЕРЖАНИЕ


| | | |
|---|---|---|
| 1. | Паспорт программы | 3 |
| 2. | Пояснительная записка | 4 |
| 3. | Учебно-тематический план | 7 |
| 4. | Содержание изучаемого курса | 10 |
| 5. | Методическое обеспечение дополнительной коррекционно-развивающей программы | 28 |
| 6. | Список литературы | 29 |

# ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

| | |
|---|---|
| **Наименование программы** | Дополнительная коррекционно-развивающая программа «Радуга чувств»<br>(далее - Программа) |
| **Руководитель программы** | Педагог-психолог Пиксайкина Ирина Владимировна |
| **Организация-исполнитель** | МАДОУ «Детский сад №76 комбинированного вида»<br>г.о. Саранск |
| **Адрес организации исполнителя** | г. Саранск, ул. Попова, д. 67 |
| **Цель программы** | Развитие эмоционально-личностной и коммуникативной сфер ребёнка посредством арт-терапевтических методов и технологий. |
| **Направленность программы** | Коррекционно-развивающая |
| **Срок реализации программы** | 1 год |
| **Вид программы**<br>**Уровень реализации программы** | адаптированная<br>дошкольное образование |
| **Система реализации контроля за исполнением программы** | Координацию деятельности по реализации программы осуществляет администрация образовательного учреждения;<br>практическую работу осуществляет педагогический коллектив |
| **Ожидаемые конечные результаты программы** | Обучающийся должен:<br>Знать: основные правила проведения занятий; названия эмоций, их мимическое выражение, способы снятия психического напряжения и саморегуляции; конструктивные способы коллективного взаимодействия.<br>Уметь: самостоятельно пользоваться инструментами и приспособлениями для занятий; правильно интерпретировать собственные эмоции и эмоции окружающих людей и адекватно на них реагировать , конструктивно взаимодействовать с окружающими.<br>Владеть: навыками самоконтроля, снятия накопившегося эмоционального напряжения; способами самовыражения, навыками адекватного межличностного общения. |

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**1. Направленность программы:**

Программа «Радуга чувств» коррекционно-развивающей направленности, разработана для детей среднего дошкольного возраста. Данный вид деятельности планируется для реализации во второй половине дня два раза в неделю в игровой форме. В ходе реализации программы происходит эмоциональное развитие ребенка, обогащение словарного запаса, развитие памяти, воображения, мышления. Кроме того, у детей формируются предпосылки для конструктивных межличностных отношений и навыки идентификации эмоциональных состояний окружающих людей.

**2. Новизна программы:**

Новизна программы заключается в комплексном использовании элементов ранее известных и современных арт-терапевтических методов и технологий; в использовании художественного творчества как способа психологической работы с обучающимися.

**3. Актуальность программы:**

Арт-терапия относится к психологическому воздействию искусством и используется в социальной, педагогической, психологической работе, как средство гармонизации и развития психики человека. Арт-терапия основывается на том, что состояние внутреннего «Я» ребенка отражается в продуктах его творчества, избавляя от чрезмерного напряжения, внутреннего конфликта. При использовании методов арт-терапии, ребенок получает возможность не только уменьшить излишнее возбуждение, тревожность, агрессивность, недоверие к окружающему миру, но и обрести уверенность в себе и стать успешным, испытать связанные с ним положительные переживания и образцы поведения. Особую ценность в арт-терапии имеет не конечный результат творчества, а сам процесс, в котором оголяются внутренние переживания.

В процессе арт-терапии удовлетворяется актуальная потребность в признании, позитивном внимании, ощущении собственной успешности и значимости. Высвобождается психологическая энергия, которая тратится на неэффективное напряжение. Ребенок начинает чувствовать себя спокойно, расслабляется. Психологическая защита в виде демонстративности, негативизма, агрессии уступает место инициативности, творчеству.Через творчество ребенок получает новую информацию о себе: «я успешен», «у меня есть способности», «я признан другими», «мое мнение учитывается», «я могу справляться с трудностями». Через взаимодействие с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «я вижу успехи других детей», «мне легко общаться со взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают». Активность ребенка обусловлена установками: «я получаю удовольствие от творчества», «я соблюдаю правила, потому что их нарушение помешает мне получать удовольствие от занятий».

Арт-терапия дает возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме. Работа над рисунками, картинками, аппликация – безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций, позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять. Арт-терапия способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом.

**4. Отличительные особенности программы:**

Отличительной особенность данной дополнительной Программы является использование разичных арт-терапевтических технологий (изотерапия, песочная терапия, сказкотерапия, музыкотерапия, танце-двигательная терапия и др.) не только для коррекции эмоциональной сферы , но и для улучшения детско-родительских отношений и социально-коммуникативных навыков обучающихся. В Программе на первый план выдвигается коррекционно-развивающая функция искусства, обеспечивающая гармоничное развитие личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности. В Программе отсутствуют жесткая регламентация знаний и действий обучающихся.

**5. Педагогическая целесообразность программы:**

Программа «Радуга чувств» педагогически целесообразна, так как способствует разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, развитию эмоционально-личностной сферы, интереса к различным видам деятельности, желанию активно участвовать в практической деятельности; способствует развитию социально-коммуникативных способностей обучающихся.

**6. Цель программы:**

Развитие эмоционально-личностной и коммуникативной сфер ребёнка посредством арт-терапевтических методов и технологий.

**7. Задачи программы:**

*Образовательные задачи:* формировать первичные представления о психологии человека, знакомить с новыми словами, учить новым техникам изобразительной деятельности.

*Развивающие задачи:* развивать внимание, память, мышление, воображение, речь, эмоциональную сферу обучающихся. Расширять словарный запас, развивать аккуратность, интерес к изучению нового, инициативность. Развивать социальные и коммуникативные навыки поведения.

*Воспитательные задачи:* воспитывать общекультурные компетенции: культуру общения с окружающими людьми, самоконтроль, умение применять на практике полученные знания. Воспитывать интерес

обучающихся к получению новых знаний, к самостоятельной работе и творчеству, устойчивой мотивации к занятиям. Воспитание дисциплины, чувства коллективизма, ответственности, самостоятельности.

*Личностные задачи:* способствовать самопознанию и выражению собственных эмоциональных состояний через творчество, гармонизация эмоциональной сферы, снятие эмоционального и мышечного напряжения, повышение самооценки, снижение уровня тревожности.

**8. Возраст детей:** Программа предназначена для детей в возрасте 4-5 лет.

**9. Срок реализации программы:** 1 год

**10. Форма детского образовательного объединения:** кружок.

**Режим организации занятий**:

Занятия по Программе проводятся в течение учебного года (с октября по май), 2 раза в неделю, продолжительностью 20 минут. Каждое занятие включает теоретическую часть и практическую часть.

Теоретические сведения – это объяснение нового материала, информация познавательного характера. Практические работы включают изготовление, оформление работ, отчет о проделанной работе. Отчет о проделанной работе позволяет научить ребенка последовательности в работе, развить навыки самоконтроля.

**11. Ожидаемые результаты и способы их проверки:**

В результате освоения программы обучающиеся будут:

Знать: основные правила проведения занятий; названия эмоций, их мимическое выражение способы снятия психического напряжения и саморегуляции; конструктивные способы коллективного взаимодействия.

Уметь: самостоятельно пользоваться инструментами и приспособлениями для занятий; правильно интерпретировать собственные эмоции и эмоции окружающих людей и адекватно на них реагировать , конструктивно взаимодействовать с окружающими.

Владеть: навыками самоконтроля, снятия накопившегося эмоционального напряжения; способами самовыражения, навыками адекватного межличностного общения.

**12. Форма подведения итогов:**

Итоговым продуктом реализации дополнительной образовательной программы является:

- открытый показ итогового диагностического занятия «Мандала»;
- создание фотоальбома для родителей (законных представителей) «Мы творим».

# УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Наименование модулей, разделов и тем | Количество часов | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | всего | | теория | практика |
| | | кол-во занятий | мин. | | |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 2 | Диагностика тревожности и самооценки обучающихся (отбор обучающихся на кружок) | 8 | 160 | 40 мин | 120 мин |
| 3 | «Ты и я- добрые друзья» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 4 | «Танец пяти движений» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 5 | «Сказка о том, как тучка друзей себе искала» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 6 | «Волшебная страна» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 7 | «Волшебные зеркала» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 8 | «Необычный хор» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 9 | «Мое лицо» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 10 | «Слепой танец» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 11 | «День одного друга» (индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 12 | «Такие разные эмоции» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 13 | «Лицо на песке» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 14 | «Сказка о зайчике, который всего боялся» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 15 | «Мои страхи» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 16 | «Посмеемся над страхами» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 17 | «Пластилиновая фигурка» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 18 | «Маски» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 19 | «Песочный монстр» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 20 | «День одного друга» (индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 21 | «Мелки-наперегонки» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 22 | «Сказка о том, как черная клякса в веселого гнома | 1 | 20 | 5мин | 15мин |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | превратилась» | | | | |
| 23 | «Танцующие руки» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 24 | «Вода-защитница» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 25 | «Невидимка» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 26 | «День одного друга» (индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 27 | «Продолжи узор» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 28 | «Если мама далеко» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 29 | «Кондитер» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 30 | «Соленый домик» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 31 | «Танец настроения» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 32 | «Дружная цветная семья» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 33 | «Муравейник» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 34 | «День одного друга» (индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 35 | «История игрушек» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 36 | «Портрет мамы» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 37 | «Цветы для бабушки» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 38 | «Ладошка» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 39 | «Цветы на песке» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 40 | «День одного друга» _(индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 41 | «Сказка о семье, в которой все дружат» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 42 | «Моя семья» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 43 | «Наш семейный плакат» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 44 | «День одного друга» (индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 45 | «Волшебный салют» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 46 | «Лучший друг» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 47 | «Море волнуется» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 48 | «Хочу быть счастливым» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 49 | «Моя группа» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 50 | «Под грибом» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 51 | «Шар дружбы» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 52 | «День одного друга» (индивидуальное) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 53 | «Рисунок на воде» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 54 | «Страшилище» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 55 | «Я тебе доверяю» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 56 | «Необычная скульптура» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 57 | «Бабочка сновидений» | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 58 | «Волшебная лесенка» (диагностическое) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| 59 | «Мандала» (диагностическое) | 1 | 20 | 5мин | 15мин |
| **Итого** | | **66** | **1320мин. ( 22ч. )** | **335мин. (5ч.30)** | **1005мин. (16ч.30)** |

## СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА
## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Месяц, неделя | Раздел, тема | Программное содержание | Формы работы | Методы | Оборудование и материал | Работа с родителями |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Сентябрь** | **Вводное занятие** | | | | | |
| **Октябрь** | **Диагностика обучающихся** | Диагностика эмоционально-личностной сферы. | Индивидуальная | Методы наблюдения, беседы. Тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен;. цветовой тест М. Люшера; тест самооценки «Лесенка» В. Г. Щур. | Протоколы обследования, диагностический материал методик. | Консультирование родителей по результатам диагностики |
| **Ноябрь 1 неделя** | **Ты и я- добрые друзья** | Установление благоприятного психологического климата, сплочение группы | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Методы наблюдения, беседы; изотерапия, музыкотерапия | Аудиозаписи фрагментов песен «Когда мои друзья со мной» , Ты и я, ты и я -мы с тобой друзья», «Дружба крепкая не сломается» . Ватман формата А2, разноцветная | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | гуашь, одноразовые тарелки, влажные салфетки. | |
| | **Танец пяти движений** | Снятие мышечных зажимов, развитие умения выражать свои эмоции с помощью движений | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения; танце-двигательная терапия | Записи 5 мелодий: плавная музыка, импульсивная, резкая музыка или бой барабанов, хаотичный набор звуков, лирическая музыка, спокойная музыка или шум воды… | |
| **2 неделя** | **Сказка о том, как тучка друзей себе искала** | Повышение самооценки, сплочение коллектива, принятие собственной уникальности | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия | Текст сказки «Как тучка друзей себе искала» О. Коношенко | |
| | **Волшебная страна** | Коррекция тревожности, развитие воображения, снятие нервно- | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; песочная | Песочница; фигурки людей, животных, растений, домов, техники и пр. | Консультация «Роль песка в развитии психики ребенка» |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | психического напряжения; развитие коммуникативных навыков | | терапия | | |
| **3 Неделя** | **Волшебные зеркала** | Формирование положительной Я-концепции, повышение уверенности в себе, снижение тревожности | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Цветные карандаши либо фломастеры, бумага А4. | |
| | **Необычный хор** | Эмоциональная разрядка, снятие напряжения. | Групповая | Метод наблюдения; музыкотерапия | Аудиозапись мелодии песни «Мы едем, едем, едем» | |
| **4 Неделя** | **Мое лицо** | Коррекция тревожности, повышение самооценки, развитие воображения, снятие нервно-психического напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения; изотерапия | Белый картон формата 1/2 А4, клей ПВА, кисти, подставки для кистей; манная крупа (естественного цвета и окрашенная в разные цвета) | |
| | **Слепой танец** | Развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного | Групповая | Метод наблюдения; двигательная | Аудиозаписи различной музыки, повязки на глаза | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | напряжения, тревожности. | | терапия | | |
| **5 Неделя** | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |
| **Декабрь 1 неделя** | **Такие разные эмоции** | Ознакомить обучающихся с основными эмоциями | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения | карточки с изображениями эмоций; фотографии людей в разном эмоциональном состоянии; зеркало. | Консультация :«Роль семьи в формировани и эмоционально го интеллекта у детей»; |
| | **Лицо на песке** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения; развивать способность графически передавать эмоцию | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; песочная терапия | Песочница, цветные камешки небольшого размера, крупные бусины | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **2 неделя** | **Сказка о зайчике, который всего боялся** | Коррекция страхов, тревожности | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа | Текст сказки О. Орловой «Сказка о зайчике, который всего боялся», иллюстрации страхов | |
| | **Мои страхи** | Коррекция страхов, тревожности; развитие воображения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Плотная клеенка (прозрачная или цветная), гуашь, клей ПВА, кисточки, губки | |
| **3 Неделя** | **Посмеемся над страхами** | Поднять настроение и способствовать снижению зажатости как на физическом, так и психологическом уровне | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; элементы музыкотерапии | Магнитофон, аудиозапись смеющегося человека. | Консультация: «Избавляемся от страхов вместе с ребенком» |
| | **Пластилиновая фигурка** | Снижение тревожности, снятие психоэмоционального напряжения, расслабление | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения; телесно-ориентированная терапия | Ковер для выполнения упражнений | |
| **4 неделя** | **Маски** | Развитие навыков активного слушания, эмпатии, | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; | Трафареты масок (по 3-4на ребенка), цветные | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | умения безоценочно относиться друг к другу | | изотерапия | карандаши | |
| | **Песочный монстр** | Коррекция страхов, снижение тревожности, снятие психоэмоционального напряжения, расслабление | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; песочная терапия | Песочница, миска с водой | |
| **5 неделя** | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |
| **Январь 2 неделя** | **Мелки-наперегонки** | Отреагирование напряжения и агрессивных тенденций, гармонизация эмоционального состояния, физическая и эмоциональная стимуляция | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Мелки цветные, лист картона | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Сказка о том, как черная клякса в волшебного гнома превратилась** | Повышение самооценки, закреплять умение активного слушания | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа | Текст сказки О. Коношенко «Сказка о том, как черная клякса в волшебного гнома превратилась», иллюстрации к сказке | |
| **3 неделя** | **Танцующие руки** | Снятие эмоционального напряжения, коррекция тревожности, страха | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; элементы музыкотерапии и телесно-ориентированной терапии | Обои, разноцветные мелки | |
| | **Вода-защитница** | Снятие эмоционального напряжения, коррекция тревожности, страха | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; арттерапия, терапия водой | Тазик с водой, гуашь разных цветов, кисти | |
| **4 неделя** | **Невидимка (рисование свечой)** | Развитие воображения, мелкой моторики; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Бумага, свечи восковые, парафиновые, акварель, кисти, стаканчики для воды | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |
| **Февраль 1 неделя** | **Продолжи узор** | Развивать умение находить закономерности, развивать воображение, связную речь, мелкую моторику рук; снятие эмоционального напряжения, уменьшение тревожности | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; игровая терапия | Речные и морские мелкие камни, ракушки, декоративные искусственные камни, крупные бусины | |
| | **Если мама далеко** | Развивать умение активного слушания, стимулировать речевую активность; эмоциональную привязанность к членам семьи | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия | Текст сказки Г. Вайтенко «Если мама далеко» | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **2 неделя** | **Кондитер** | Развивать воображение, мелкую моторику рук; снятие эмоционального напряжения, исследование чувств и представлений, связанных с образом дома | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; игровая терапия | Пустая коробка из-под конфет, пластилин разных цветов, блестки | |
| | **Соленый домик** | Развивать воображение, мелкую моторику рук; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Голубой картон формата 1/2 листа А4, клей ПВА, кисти, мисочки с морской солью | Консультация: «Почти волшебство: нетрадиционные техники рисования» |
| **3 неделя** | **Танец настроения** | Снятие мышечных зажимов, развитие умения выражать свои эмоции с помощью движений | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения; танце-двигательная терапия | Записи 5 мелодий: плавная музыка, импульсивная, резкая музыка или бой барабанов, хаотичный набор звуков, лирическая музыка, спокойная музыка или шум воды… | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Дружная цветная семья** | Развитие сенсорных способностей, воображения, мекой моторики рук; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия, изотерапия | Бумага формата А4, краски, кисти, стаканчики для воды; иллюстрации неба, солнца, моря, цветов, деревьев | |
| **4 неделя** | **Муравейник** | Развитие воображения, мелкой моторики рук; Снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; песочная терапия | Песочница, семена подсолнечника | |
| | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |
| **Март 1 неделя** | **История игрушек** | Закрепление знаний о семейной иерархии, развитие умения активноно слушания; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа | Текст сказки А. Заболовской «История игрушек» | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Портрет мамы** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности; закрепить эмоциональную привязанность к матери | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Листы бумаги А4, клей ПВА, кисти, подставки для кистей, манная крупа естественного цвета и окрашенная в разные цвета | |
| **2 неделя** | **Цветы для бабушки** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности; закрепить эмоциональную привязанность к матери | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; работа с пластилином | Картон формата 1/2 листа А4, пластилин разных цветов | |
| | **Ладошка** | Развивать способность анализировать свое внутреннее состояние, учиться им управлять; развитие воображения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Листы А4, цветные карандаши | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **3 неделя** | **Цветы на песке** | Снятие эмоционального напряжения, снижение тревожности; развитие воображения; учить выполнять работу коллективно | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа, элементы изотерапии и песочной терапии | Песочница, цветной песок | |
| | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |
| **4 неделя** | **Сказка о семье, в которой все дружат** | Укрепление дружеских отношений в семье, развитие умения активного слушания; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия | Текст сказки Л. Заколодкиной «Дружная семья» | |
| | **Моя семья** | Снятие эмоционального напряжения, развитие | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; | Шаблоны фигур (женской, мужской, детской), краски, | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | воображения; выявление эмоциональных состояний обучающихся, связанных с детско-родительскими отношениями | | изотерапия | кисточки, емкость с водой | |
| **5 неделя** | **Наш семейный плакат** | Эмоциональное сближение членов семьи, усвоение семейных ценностей; снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; элементы изотерапии, аппликации | Ватман формата А3 на каждого ребенка, клей ПВА, кисти для клея, краски, кисти, вырезки иллюстраций из журналов для украшения | Консультация родителей по совместной работе с детьми над семейным плакатом |
| | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Апрель 1 неделя** | **Волшебный салют** | Снятие эмоционального напряжения, снижение тревожности. Развитие воображения, сплочение коллектива | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения,беседа; изотерапия | Обои или большой лист бумаги, кисти разных размеров, зубные щетки, краски, емкости с водой | |
| | **Лучший друг** | Сплочение коллектива, стимулирование речевой активности, развитие умения активного слушания; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия | Текст сказки В. Драгунского «Лучший друг» | |
| **2 неделя** | **Море волнуется** | Снятие мышечных зажимов, развитие умения выражать свои эмоции с помощью движений; учить владеть своим телом | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа;танце-двигательная терапия | Аудио записи шума моря разного эмоционального характера и темпа | |
| | **Хочу быть счастливым** | Развитие самоуважения, позитивного | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; | Бумага формата 1/2 листа А4, краски, | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | отношения к окружающим; коррекция самооценки, развитие воображения, снижение тревожности, | | элементы сказкотерапии, изотерапия | карандаши, фломастеры | |
| **3 неделя** | **Моя группа** | Сплочение коллектива, снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, согласованности действий | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; коллективный коллаж | Ватман формата А3, вырезки из газет, журналов по тематике, клей ПВА, кисти | |
| | **Под грибом** | Сплочение коллектива, снятие эмоционального напряжения, развитие умения активного слушания | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия | Текст сказки В. Сутеева «Под грибом», иллюстрации к сказке | Консультация: «Сказка как средство воспитания детей» |
| **4 неделя** | **Шар дружбы** | Сплочение коллектива, снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, согласованности | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Воздушный шар, жидкое мыло, гуашь, мягкие кисти | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | действий | | | | |
| | **День одного друга (индивидуальная работа)** | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, снижение тревожности, повышение самооценки | Индивидуальная | Метод наблюдения; игротерапия | Игрушки: куклы, машинки, конструкторы, кукольная мебель, фигурки людей, животных, кукольная посуда, мозаика и пр. | |
| **Май 2 неделя** | **Рисунок на воде(коллективная работа)** | Сплочение коллектива, снижение тревожности, развитие воображения, умения прислушиваться друг к другу | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия на воде | Миска пластиковая с водой, акварель, кисти, листы бумаги формата 1/2 листа А4 | |
| | **Страшилище** | Снижение тревожности, коррекция страхов; развитие умения активного слушания | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; сказкотерапия | Текст сказки Ю. Найденовой «Страшилище» | |
| **3 неделя** | **Я тебе доверяю** | Развитие доверия друг к другу, снятие излишнего | Групповая | Метод наблюдения, танце- | Аудиозаписи энергичной и спокойной | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | эмоционального напряжения, тревожности | | двигательная терапия | музыки, повязки на глаза | |
| | **Необычная скульптура (коллективная работа)** | Сплочение коллектива, развитие воображения; снятие эмоционального напряжения | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Плотная бумага, пена для бритья, гуашь, кисточки | |
| **4 неделя** | **Бабочка сновидений** | Актуализация эмоционального и когнитивного компонента переживания сновидений, поиск внутреннего ресурса | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; элементы сказкотерапии, изотерапия | Силуэтное изображение бабочки, карандаши, фломастеры; аудиозапись спокойной музыки; | |
| | **Волшебная лесенка (диагностика)** | Диагностика самооценки обучающихся | Индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; песочная терапия | Песочница, цветной песок, фигурки мальчика и девочки | |
| **5 неделя** | **Мандала (диагностика)** | Диагностика эмоциональной сферы обучающихся | Фронтальная, индивидуальная, групповая | Метод наблюдения, беседа; изотерапия | Набор готовых мандал Александра Цайри, аудиозапись релаксационной | Консультирование родителей по результатам диагностики |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | музыки, краски, карандаши (люшеровских цветов), кисти. | |

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

**1. Формы занятий планируемых по каждой теме или разделу.**

В программе дополнительного образования предусматриваются различные формы коррекционно-развивающей работы:

− практические занятия (направлены на самовыражение);
− беседа;
− игра;
− индивидуальное занятие;
− групповое занятие.

**2. Приемы и методы организации.**

Для реализации программы дополнительного образования используются следующие приемы и методы:

− практические (изотерапия, музыкотерапия, песочная терапия, танце-двигательная терапия, терапия водой, сказкотерапия);
− организация мыслительных операций;
− методы саморегуляции и релаксации;
− методы стимулирования и мотивации.

**3. Дидактический материал.**

− картотека арт-терапевтических упражнений;
− картотека терапевтических сказок;
− иллюстративный материал.

**4. Техническое оснащение занятий**

− Песочница;
− Глубокие миски для воды разных размеров;
− Природный материал: камешки, песок естественного цвета, песок разных цветов, ракушки, семена подсолнечника;
− Игрушки: фигурки мужчины, женщины, мальчика, девочки, животных, солдатики, монстры, домик, кукольная мебель, машины, куклы, оружие, мозаика, пазлы, лего;
− Утилизированный материал: вырезки из газет и журналов;
− Разные виды бумаги различного формата: обычная, картон, обои;
− Красители: гуашь, акварельные краски, пищевые красители;
− Прочие материалы: кисти, клей ПВА, зубные щетки, воздушные шары,крупные бусины, мука, соль, манная крупа , свечи.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

## Список литературы для педагогов

1. Грегг, М. Тайный мир рисунка / М. Грегг . – СПб. : Деметра, 2003. – 176 с.

2. Копытин, А. И. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала» / А. И. Копытин. – СПб. : Речь, 2005. – 141 с.

3. Копытин, А. И. Руководство по групповой арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Речь, 2003. – 320 с.

4. Копытин, А. И. Техники телесно-ориентированной арт-терапии / А. И. Копытин, Б. Корт. – М. : Психотерапия, 2011. – 128 с.

5. Ситникова, Е. В. Арт-терапия как метод коррекции тревожности и страхов у детей: методическое пособие для работников дошкольных образовательных организаций / Е. В. Ситникова, Н. Н. Акимова, С. В. Зюбанова. – Оренбург, 2020. – 65 с.

6. Тарарина, Е. В. Практикум по арт-терапии в работе с детьми / Е. В. Тарарина. – Казань, 2018. – 256 с.

7. Хоменко, И. Н. Коррекционно-диагностический комплекс «Песочная магия» / И. Н. Хоменко. – СПб. : ИМАТОН , 2009. – 44 с.

## Список литературы для детей и родителей

1. Валиев, С. Сказки для всей семьи: Арт-педагогика на практике / С. Валиев. – СПб. : «Весь», 2013. – 118 с.

2. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Путь к волшебству: теория и практика сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб. : «Златоуст», 1998. – 352 с.

3. Киселева, М. В. Арт-терапия в работе с детьми / М. В. Киселева. – СПб. : Речь, 2006. – 160 с.

4. Эль, Г. Н. Человек, играющий в песок / Г. Н. Эль – СПб. : Речь, 2010. – 208 с.

5. Эстес, К. Дар рассказа / К. Эстес. – М. : «София», 2005. – 16 с.