

Рассмотрено и одобрено
на заседании педагогического
совета
Протокол № 1
«28» августа 2020 г.

«Утверждаю»
Заведующая МАДОУ
№403 *Насырова* Ф.Р. Насырова
Приказ от 28 августа 2020г. №76



«АРТ - ТЕРАПИЯ»

**Программа дополнительной образовательной
услуги для детей 2-7 лет**

на 2020-2021 учебный год

Самарцева О.В

руководитель кружка

Казань 2020 г.

Содержание

	Наименование раздела
1.	Пояснительная записка
1.1.	Актуальность
1.2.	Цель и задачи программы
1.3.	Принципы обучения
1.4.	Техники и методические приемы
2.	Содержательный раздел
2.1.	Блок 1. «Я и мой мир»
2.2.	Блок 2. «Эмоции и чувства»
2.3.	Блок 3. «Социальные навыки»
3.	Ожидаемые результаты и способы их проверки
4.	Взаимодействие с родителями
5.	Учебный план реализации программы
5.1.	Пояснительная записка к учебному плану программы
6.	Календарно-тематический план реализации программы
7.	Список используемой литературы

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность

Рабочая программа «Арт-терапия» разработана на основе программ: Л.Мадлер «Цветной мир», И.А. Пазухиной «Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольника», О.В. Хухлаевой, О.Е. Хухлаева, И.М. Первушиной «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников» и Н.Ю. Куражевой, Н.В. Вараевой, А.С. Тузаевой, И.А. Козловой «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей.

В процессе арт-терапии удовлетворяется актуальная потребность в признании, позитивном внимании, ощущении собственной успешности и значимости. Высвобождается психологическая энергия, которая тратится ребенком на неэффективное напряжение. Ребенок начинает чувствовать себя спокойно, расслабляется. Психологическая защита в виде демонстративности, негативизма, агрессии уступает место инициативности, творчеству.

Через творчество ребята получают 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».

Ребята не находятся в ситуации контроля и не тренируются использовать новые способы поведения. На место утративших актуальность механизмов защиты приходит активность, обусловленная новыми установками: «я получаю удовольствие от творчества», «я соблюдаю правила, потому что их нарушение мешает мне получать удовольствие от занятий».

Арт-терапия - это метод развития и гармонизации личности ребенка.

Через рисунок, игру, сказку арт-терапия дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания, способствует повышению самооценки и, конечно же, помогает в развитии творческих способностей. Кроме того, активная творческая деятельность способствует расслаблению и снятию напряжения. Терапевт не ставит цель научить ребенка рисовать, основная задача арт-терапии состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка через творчество, и в повышении его адаптационных способностей.

Арт-терапия – путь к установлению отношений. Средствами искусства человек может не только выразить себя, но и больше узнать о себе и о других людях. В творчестве человек получает новый опыт, который может применить в жизни, облегчая свое общение с другими людьми.

Арт-терапия – процесс осознания себя и мира. В творчестве воплощаются чувства, надежды и страхи, ожидания и сомнения, конфликты и примирения. Творческие возможности ребенка, реализуемые в процессе арт-терапии - это его развитие, как интеллектуальное, так и эмоциональное, раскрытие творческого потенциала.

Современная жизнь диктует человеку особые условия: необходимо быть уверенным в себе, конкурентоспособным, активным, целеустремленным, открытым всему новому, быть креативным. Именно поэтому в системе образования необходимо все больше внимания уделять развитию творческих способностей детей, их креативности. Способность мыслить творчески делает ребенка более раскрепощенным, жизнерадостным, стойким к стрессовым ситуациям.

Творчество помогает ребенку справиться со многими личностными, эмоциональными и поведенческими проблемами, способствует личностному росту и раскрытию, находясь в творческом процессе, ребенок получает для себя возможность самовыражаться, оптимизируется его эмоциональная сфера и поведенческие особенности.

Арт-терапевтические занятия позволяют в творческом пространстве объединить детей с различной проблематикой одновременно. Особенно это актуально для воспитанников детского сада, нуждающихся в психологической помощи.

Преимущества арт-терапии

Арт-терапия представляет собой метод коррекции и развития посредством творчества. Причем, важен сам процесс, а не конечный продукт и его оценка. Техники арт-терапии дают возможность относительно безболезненного доступа к глубинному психологическому материалу, стимулируют проработку бессознательных переживаний, обеспечивая дополнительную защищенность и снижая сопротивление изменениям. Через работу с многогранными символами в искусстве развиваются ассоциативно-образное мышление, а также блокированные или слаборазвитые системы восприятия. Арт-терапия ресурсна, так как находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности в своих силах. Чем лучше человек умеет выражать себя, тем полноценнее его ощущение себя неповторимой личностью. Терапия искусством формирует творческое отношение к жизни с ее проблемами, умение видеть разнообразие способов и средств достижения цели, развивает скрытые до сих пор способности к творческому решению сложных жизненных задач.

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. Важна естественная склонность ребенка к игровой деятельности, склонность к фантазии. Учитывая это при организации коррекционной работы с элементами арт-терапии, на занятиях создается атмосфера игры и творчества.

Таким образом, имеется широкий спектр показаний для проведения арт-терапевтической работы в системе образования:

- развитие творческих способностей и креативности;
- неадекватная самооценка;
- трудности эмоционального развития, импульсивность, повышенная тревожность, страхи, агрессивность;
- переживания эмоционального отвержения, чувство одиночества, стрессовые состояния, депрессия;
- неадекватное поведение, нарушения отношений с близкими людьми, конфликты в межличностных отношениях, неудовлетворенность семейной ситуацией, враждебность к окружающим.

Термин «арт-терапия» появился еще в 40-е гг. 20 в. Его начал использовать британский врач и художник Адриан Хилл. Он обратил внимание на тот факт, что занятия творчеством помогают

больным легче и быстрее выздоравливать. При этом пациенты отвлекаются от своих проблем и переживаний.

Арт-терапия, как естественный и бережный метод исцеления и развития души через художественное творчество, активно развивалась как комплекс психотерапевтических методик с 1940-х годов под эгидой аналитической психологии К. Г. Юнга. Однако, еще З. Фрейд говорил об искусстве, как средстве проекции вытесненных и подавленных переживаний, сублимации негативной энергии в творчестве.

Согласно психоаналитической концепции с помощью арт-терапии становится возможным выстраивание «моста» между бессознательным и сознанием, интерпретация бессознательных тенденций в виде творчества.

С точки зрения представителей классического психоанализа, основным механизмом коррекционного воздействия в арт-терапии является механизм сублимации. По мнению Юнга, искусство, особенно легенды и мифы, и арт-терапия, использующая искусство, в значительной степени облегчают процесс индивидуализации саморазвития личности на основе установления баланса между бессознательным и сознательным «Я». Юнг рассматривал символический язык изобразительного искусства как наиболее адекватный для выражения содержаний личного и коллективного бессознательного, гораздо более точный и емкий, чем слова.

С точки зрения Н. Роджерса, представителя гуманистического направления, коррекционные возможности арт-терапии связаны с предоставлением клиенту практически неограниченных возможностей для самовыражения и самореализации в продуктах творчества, утверждением и познанием своего «Я». Создаваемые клиентом продукты, объективируя его аффективное отношение к миру, облегчают процесс коммуникации и установления отношений со значимыми другими. «Экспрессивная терапия» (от англ. — выражающий, выразительный) — это комплекс разнообразных форм творческого (художественного) самовыражения с применением движения, рисования, живописи, скульптуры, музыки, вокализации и импровизации — в условиях обеспечивающих поддержку человека с целью стимулирования его личностного роста, развития и исцеления.

В отечественной психологии большое внимание арт-терапии уделяют такие ученые, как А.И. Копытин, Н.А. Сакович, Л.Д. Лебедева.

Исследования, проведенные под руководством Л.Д. Лебедевой, показали, что арттерапевтические занятия позволяют решать следующие важные педагогические задачи:

Развивающие. Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

Воспитательные. Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом.

Образовательные. Познакомить детей с основными эмоциями: радость, удивление, грусть, гнев, страх, обида. Учить распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимика, пантомимика, голос и пр.). Обучить разделению эмоций на положительные и отрицательные. Обогащать и активизировать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства,

настроение, их оттенки. Обучать умению слушать и слышать другого. Побуждать к осмыслению своих поступков и поступков другого. Учить гибко использовать мимику, пантомимику и голос в общении. Учить делиться своими переживаниями, выражать свою любовь. Обучать рефлексивным умениям, положительному самоотношению и принятию других.

Коррекционные. Достаточно успешно корректируется образ “Я”, который мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми. Хорошие результаты достигнуты в работе с некоторыми отклонениями в развитии эмоционально-волевой сферы личности.

Психотерапевтические. “Лечебный” эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется целебный потенциал эмоций.

Диагностические. Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. Это корректный способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции. В процессе занятий легко проявляются характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе, а также особенности семейной ситуации проблемы личности.

Преимущества арт-терапии перед другими формами психотерапевтической работы:

- Арт-терапия не требует от человека каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;
- Она является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто затрудняется в словесном описании своих переживаний;
- Изобразительная деятельность является мощным средством раскрепощения и сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов;
- Продукты творчества способны рассказать о настроениях и мыслях человека, что позволяет использовать их в рамках психологической диагностики;
- Арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека;
- Арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает сформировать более активную творческую жизненную позицию;
- Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации – раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуально неповторимого способа бытия в мире. Групповая арт-терапия:
 - позволяет развивать социальные навыки;
 - связана с оказанием взаимной поддержки членам группы и позволяет решать общие проблемы;

дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих;

- позволяет осваивать новые роли, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими;

- повышает самооценку и ведет к укреплению личной идентичности; □ развивает навыки принятия решений.

Арт-терапевтические занятия дают огромные возможности для развития креативного мышления и творческих способностей детей. Это подтверждается мнениями ученых. Психолог В.Н. Дружинин считает, что креативность является свойством, которое актуализируется лишь тогда, когда это позволяет окружающая среда. Для формирования креативности необходимы следующие условия:

- отсутствие образца регламентированного поведения;
- наличие позитивного образца творческого поведения (в первую очередь на развитие способности влияет общение детей с взрослыми людьми, обладающими развитыми креативными способностями);
- создание условий для подражания творческому поведению; □ социальное подкрепление творческого поведения.

Дж. Гилфорд выделил следующие способы стимуляции творческой активности:

1. Обеспечение благоприятной атмосферы. Доброжелательность со стороны взрослого, его отказ от выставления оценок и критики в адрес ребенка способствует свободному проявлению дивергентного мышления.
2. Обогащение окружающей среды самыми разнообразными новыми для ребенка предметами и стимулами с целью развития его любознательности.
3. Поощрение высказывания оригинальных идей.
4. Обеспечение возможностей для упражнения и практики. Широкое использование вопросов дивергентного характера.
5. Использование личного примера творческого подхода к решению проблем.
6. Предоставление детям возможности активно задавать вопросы.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы «Арт-терапия»: создание условий для раскрытия творческого потенциала детей дошкольного возраста гармонизации их личности.

Программа направлена на решение следующих задач:

- развитие творческого мышления, воображения, креативности;
- создание условий для самопознания и самовыражения;
- формирование положительного образа Я, адекватной самооценки, повышение уверенности в себе;
- снятие психоэмоционального напряжения; отреагирование собственных чувств и переживаний в процессе творчества;
- развитие навыков общения и эффективного взаимодействия;
- коррекция механизмов психологической защиты в виде демонстративности, негативизма, агрессии коррекция тревожности, негативных установок, социальных барьеров;
- развитие чувства собственной значимости; знакомство с основными эмоциями человека;
- развитие умения контролировать свои действия; развитие навыков рефлексии.
-

1.3. Общие принципы

Принципы содержания программы:

1. Системность. В течение учебного года работа по программе проводится систематически, в определённые дни недели. Конкретно запланированная тема может не ограничиваться рамками одного занятия, так как нельзя заранее обозначить всю гамму спонтанно возникающих ситуаций (таких как: дополнительные объяснения, ответы на вопросы, дополнительная игровая ситуация).
2. Преимственность взаимодействия взрослых с ребёнком в условиях МАДОУ и в семье. Для эффективной реализации программы родители выступают активными участниками педагогического процесса и познания внутреннего мира своего ребёнка. Это реализуется через беседы со своим ребёнком на конкретно предложенные педагогом темы; через родительские встречи содержательного характера, связанные с тематикой программы, на которых обсуждаются достижения детей; через индивидуальные беседы педагога с родителями, если возникают проблемные ситуации в воспитании или в семье; через совместную деятельность детей, родителей и педагога по темам программы; через проведение тренингов.
3. Комфортность. Создание атмосферы доброжелательности, вера в силы ребёнка, создание для каждого ситуации успеха и эмоциональной вовлечённости в процессе занятий.
4. Личностно-ориентированное взаимодействие. Создание условий для раскрепощения и раскрытия, стимулирующих творческую активность ребёнка.
5. Вариативность. Создание условий для самостоятельного выбора ребёнком материалов, способов работы, и степени активности.
6. Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей. Этот принцип согласует требование соответствия хода психического и личностного развития ребенка нормативному развитию, с одной стороны, и признание бесспорного факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития каждой личности, с другой.
7. Постоянная обратная связь. Любой продукт творческой деятельности и упражнение обсуждаются, проводится обязательная рефлексия.

1.4. Техники и методические приемы работы

В ходе реализации программы «Арт-терапия» используются следующие арт-терапевтические техники:

- изотерапия (рисование пальцами, красками, цветными карандашами, мелками, монотипия, ватными палочками);
- сказкотерапия (сочинение и проигрывание сказок, использование коррекционных сказок);
- цветотерапия (метод психологической коррекции при помощи цвета);
- песочная терапия (работа с сухим и кинетическим песком, рисование песком);
- мандалотерапия (рисование в круге, раскрашивание готовых мандал);
- музыкотерапия (прослушивание различной музыки, использование релаксационной музыки на каждом занятии);
- лепка из пластилина;
- аппликация, коллаж, макетирование и пр.

Применяются следующие методические приемы:

- дискуссия;
- обсуждение чувств, эмоций и мыслей каждого участника группы;
- получение и отдача обратной связи.

2. Содержательный раздел

Содержание программы ориентировано на эмоциональное благополучие ребёнка – уверенность в себе, чувство защищённости и жизненные успехи. Во многом это зависит от того, как складываются отношения ребёнка с окружающим миром, людьми.

Программа «Арт-терапия» реализуется через ряд задач сформированных и отражённых в трех основных разделах программы:

1. «Я и мой мир»

помочь ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он уникален и неповторим, как каждый человек;
раскрыть в ребёнке его потенциал общения, развивать и совершенствовать его возможности поддерживая в ситуациях, как успеха, так и неудачи.

2. «Эмоции и чувства»

- научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции, переживания;
- знакомить ребёнка с языком эмоций, учиться пользоваться ими для проявления собственных чувств и переживаний, и для понимания эмоционального состояния другого.

3. «Социальные навыки»

- обучение детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми;
- формировать коммуникативные навыки;
- учить устанавливать и поддерживать контакты, решать конфликтные ситуации в общении.

2.1.Блок 1. «Я и мой мир»

Уверенность в себе является важным качеством человека как личности. Она позволяет иметь и отстаивать собственное мнение, доверять себе и своим чувствам.

Содержание этого раздела предполагает оказание необходимой помощи каждому ребёнку для преодоления его неуверенности в себе, поддержку его положительной самооценки, а также будет способствовать лучшему пониманию других людей и самого себя.

Становление индивидуальности ребенка, его «Я», начинается очень рано и происходит постепенно, в том числе в процессе осознания им собственных интересов и предпочтений. Для этого педагогам важно обсуждать с детьми тот или иной выбор каждого ребенка в разных жизненных ситуациях и видах деятельности, стараться понять его сокровенные мечты и желания. Важно также помочь детям познакомиться со вкусами и предпочтениями друг друга, увидеть, что они разные. Это закладывает основу для формирования в более старшем возрасте

толерантности (терпимости) к другим. При этом педагог учит детей тому, что стремление к удовлетворению собственных желаний не должно ущемлять интересы других людей.

Уверенность в себе связана с осознанием человеком своих внешних и внутренних особенностей, поэтому в старшем дошкольном возрасте важно формировать у ребенка достаточно точные представления о своей внешности, семейном сходстве наряду со знаниями о бесконечном разнообразии внешнего облика людей — детей и взрослых. Например, в процессе изобразительной деятельности ребенок может нарисовать свой собственный портрет или портрет своей семьи.

2.2.Блок 2. «Эмоции и чувства»

Эмоциональное развитие является одним из важнейших направлений развития личности. Известно, что детские эмоции характеризуются импульсивностью и лишь со временем перерастают в устойчивые привязанности, симпатии или антипатии, на основе которых с годами складываются более глубокие чувства (любовь, ненависть и др.). Именно поэтому эмоциональное развитие ребенка является основой нравственного воспитания. Маленький ребенок отличается особой искренностью и непосредственностью как в общении с другими, так и в проявлении собственных чувств. Если эти качества поддерживать, то дети вырастут добрыми и справедливыми, эмоционально отзывчивыми.

Проявлять эмоциональную отзывчивость дети нередко способны уже в младшем дошкольном возрасте. Вместе с тем педагогу важно специально знакомить ребенка со своеобразным эмоциональным букварем, так как передать наши чувства другим, сделать их понятными можно с помощью не только слов, но и особого языка эмоций, столь необходимого в общении. Радость и грусть, гнев и обида — обо всем этом и о многом другом могут рассказать позы, жесты, мимика. Педагогу нужно учить детей пользоваться языком эмоций как для выражения собственных чувств и переживаний, так и для лучшего понимания состояния других людей.

В более старшем возрасте дети уже должны иметь представление об основных настроениях и эмоциональных состояниях людей. Педагог обучает их не только выражать свои эмоции так, чтобы они были ясны окружающим, но и по внешним проявлениям понимать, какие чувства в тот или иной момент может испытывать другой человек. Некоторые темы для детей этого возраста направлены на дальнейшее приобщение ребенка к языку эмоций.

Кроме того, дети учатся соотносить собственные эмоции с состоянием природы, погодой, а также с соответствующими событиями и индивидуальными предпочтениями.

Содержание раздела поможет взрослым понять эмоциональный мир детей, осознать, что именно их тревожит и радует. Это позволит при необходимости уделить каждому ребенку, который испытывает эмоциональный дискомфорт, особое внимание, помочь преодолеть негативные, а порой и тяжелые переживания, связанные с объективными жизненными проблемами.

Таким образом, педагог сможет установить с детьми более доверительные отношения, что, несомненно, облегчит процесс воспитания.

2.3.Блок 3. «Социальные навыки»

Навыки общения формируются у человека с ранних лет. Как обеспечить ребенку комфортное существование в среде сверстников? Как оградить его от горечи одиночества, чтобы он был окружен друзьями не только в детстве, но и в зрелом возрасте?

Темы настоящего раздела предполагают обучение детей анализу причин межличностных конфликтов и умению самостоятельно их регулировать, предотвращать ссору и не допускать ее крайнего проявления — драки.

Раздел предполагает также обучение нормам и правилам общения. При этом педагог должен помочь детям понять, что делать что-то вместе не только интересно, но и трудно, так как нужно уметь договариваться, соблюдать очередность, прислушиваться к товарищам и уважать их мнение.

Для того чтобы научить детей правильно строить отношения с другими людьми, проявлять уважение к своим сверстникам, педагог может предложить детям проблемные ситуации, разрешение которых поможет им в овладении определенными коммуникативными навыками, или сюжеты для игр различного содержания.

Данный раздел призван также специально обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.

На занятиях ребенок лично и творчески развивается, испытывает себя, познает свой внутренний мир, причины собственного поведения, учится наиболее эффективным способам разрешения проблем, приобретает навыки эффективного общения с людьми.

Основными ценностями здесь выступают не результат (творческий продукт), а сама личность участника. Каждый ребенок окружается вниманием, верой в него, доброжелательным отношением. Лишь только сам участник может оценить свой результат, со стороны других оценок нет и быть не может.

Арт-терапевтические занятия по программе «Мир гармонии» способствуют решению следующих проблем: агрессивность, демонстративность, накопление отрицательных эмоций вследствие сложных жизненных ситуаций для ребенка, страхи, повышенная тревожность, заниженная самооценка, пассивность, апатичность, социальная дезадаптация, сложности в общении со сверстниками и/или взрослыми, психосоматические заболевания и пр.

3.Ожидаемые результаты и способы их проверки

На выходе участники должны повысить уровень креативности и творческих способностей, осознать ценность собственной личности, повысить самооценку, уверенность в себе, снизить психоэмоциональное напряжение, уровень агрессивности, демонстративности, сформировать умение эффективно общаться с другими, победить страхи, свободно выражать свои эмоции, чувства и мысли.

Для оценки эффективности программы в начале и в конце учебного года проводится диагностическое обследование по таким методикам, как: тест П. Торренса «Закончи рисунок» (тест невербальной креативности), тест «Лесенка» (исследование самооценки), тест тревожности (Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен).

В течение нескольких занятий диагностика эмоционального состояния ребенка на начало и конец занятия с помощью теста М. Люшера.

4.Взаимодействие с родителями

В рамках освоения программы МАДОУ дополнительного образования «Арт-терапия» предлагаются следующие формы взаимодействия с родителями:

Сроки	Формы работы	Примечание
В течение учебного года	Индивидуальные консультации для родителей	По запросу родителей
В течение учебного года	Отправка фотографий родителям	По запросу родителей
Декабрь	Фотоотчёт группового занятия	«Волшебный мир мандалы»
Май	Фотоотчёт по итогам года	

5. Учебный план

реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы

«Арт терапия»

№ п/п	Наименование раздела программы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Диагностическое обследование на начало учебного года	1	0	1
2.	Вводное занятие «Здравствуй друг»	1	0,5	0,5
3.	«Я и мой мир»			
1.	«Осенние превращения»	1	0,5	0,5
2.	«Чудесные круги»	1	0,5	0,5
3.	«Волшебная комната»	1	0,5	0,5
4.	«Сказочный лес настроений»	1	0,5	0,5
5.6.	«Волшебная мандала»	1	0,5	0,5
7.	«Наши ножки»	1	0,5	0,5
8.	«Музыкальное настроение»	1	0,5	0,5
9.	«Сказки-загадки»	1	0,5	0,5
	«Кукла-защитник»	1	0,5	0,5
	10. «Кляксы»	1	0,5	0,5
	11. «Воспоминания о лете»	1	0,5	0,5
	12. «Страна цвета»	1	0,5	0,5
	13. «Маски»	1	0,5	0,5
	14. «Свободный танец»	1	0,5	0,5
	15. «Остров эмоций»	1	0,5	0,5
	16. «Мое настроение»	1	0,5	0,5
	17. «Загадочная картина»	1	0,5	0,5
	18. «Снежинки»	1	0,5	0,5
	19. «Новогодние игрушки»	1	0,5	0,5
	Итого:	21	9,5	11

4.	«Эмоции и чувства»			
	1. «Заколдованный буквы»	1	0,5	0,5
	2. «Современные герои»	1	0,5	0,5
	3. «Автопортрет»	1	0,5	0,5
	4. «Волшебная страна чувств»	1	0,5	0,5
	5. «Наши чудесные имена»	1	0,5	0,5
	6. «Снегопад»	1	0,5	0,5
	7. «Море»	1	0,5	0,5
	8. «Снежная мандала»	1	0,5	0,5
	9. «Добрые волшебники»	1	0,5	0,5
	10. «Музыкальная шкатулка»	1	0,5	0,5
	11. «Придуманная страна»	1	0,5	0,5
	12. «Три желания золотой рыбке»	1	0,5	0,5
	13. «Фантастическое существо»	1	0,5	0,5
	14. «Нарисуем мы картину»	1	0,5	0,5
	15. «Радуга настроений»	1	0,5	0,5
	16. «Желанный подарок»	1	0,5	0,5
	17. «Волшебные нитки»	1	0,5	0,5
	18. «Карта звездного неба»	1	0,5	0,5
	19. «Почему облака превращаются в тучи?»		0,5	0,5
	20. «Бал-маскарад»			
	Итого:	20	10	10
5.	«Социальные навыки»			
	1. «Моя семья»	1	0,5	0,5
	2. «Круг дружбы»	1	0,5	0,5
	3. «Песочные картины»	1	0,5	0,5
	4. «Живые мандалы»	1	0,5	0,5
	5. «Музыкальное путешествие на море»	1	0,5	0,5
	6. «Моделирование настроения под музыку»	1	0,5	0,5
	7. «Мой необычный день»	1	0,5	0,5
	8. «Цветочный сад»	1	0,5	0,5
	9. «Почему облака превращаются в тучи? (2)»	1	0,5	0,5

	10. «Домик для совы»	1	0,5	0,5
	11. «Открытка в подарок»	1	0,5	0,5
	12. «Остров счастья»	1	0,5	0,5
	13. «Волшебное дерево»	1	0,5	0,5
	14. «Волшебный сундучок»	1	0,5	0,5
	15. «Путешествие на облаке»	1	0,5	0,5
	16. «В волшебном лесу»	1	0,5	0,5
	17. «Искатели сокровищ»	1	0,5	0,5
	18. «Моя первая книга»	1	0,5	0,5
	19. «Моя визитная карточка»	1	0,5	0,5
	Итого:	19	9,5	9,5
6.	Открытое занятие	1	-	1
	1.«Солнце группы»			
	Диагностическое обследование на конец учебного года	1	0	1
7.	Итого:	64	29	35

Продолжительность занятия для детей:

2-4 года – 15 минут

5-7 лет – 25 – 30 минут

5.1. Пояснительная записка к учебному плану.

Предлагаемый вариант программы рассчитан на 64 занятия. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Оптимальное количество участников — 8 — 10 человек. Возраст участников – 2-7 лет.

Помещение для проведения занятий **должно иметь** рабочую зону (столы) и свободную зону для упражнений.

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).

Структура занятий

Этапы работы	Комментарий
Ритуал приветствия	Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
Разминка – воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности.	Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
Основное содержание занятия – совокупность упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, игротерапия, сказкотерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций, групповая дискуссия).	Техники направлены одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.

Рефлексия – оценка занятия (беседы).	Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
Ритуал прощания	По аналогии с ритуалом приветствия.

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.

Во время арт-терапевтических занятий проводится чередование самостоятельной работы ребенка (или группы детей) и активного диалога с обсуждением, обменом ассоциациями и истолкованием получаемого материала. Сама атмосфера напоминает увлекательное путешествие игру. При этом ребенок испытывает себя, знакомится с малоизвестными сторонами собственного внутреннего мира и учится решать проблемы по-другому, более эффективно, чем решал их раньше.

Для занятий необходимы бумага для рисования, ватманы, ручки, простые карандаши, ластики, наборы цветных карандашей, восковых мелков, фломастеров, маркеров, пастель, краски акварельные, гуашь, кисти; клей, цветная бумага, старые журналы, газеты, ножницы, лоскутки ткани, нитки для вязания, шпажки для шашлычков, пластилин. Кроме того, можно использовать небольшой мяч, зеркало, свеча, интерактивная доска, ноутбук, музыкальное сопровождение, релаксационная музыка.

Месяц	№ з-я/дата	Тема	Основные задачи и цели	Содержание деятельности
Октябрь	1 .	«Здравствуй, друг!»	Познакомиться с детьми, установить доверительные отношения.	1.Разучивание ритуала приветствия «Здравствуй, друг!». 2.Изотерапия: рисуем «Приветик». 3.Массаж ладоней карандашами. 4. Итог занятия.
	2 .	«Осенние превращения»	Развивать воображение и фантазию	1.Ритуал приветствия. 2.Массаж ладоней ручками и карандашами 3.Изотерапия: рисунки из отпечатков пальцев. 4.Итог занятия.

3 .		«Чудесные круги»	Помочь ребенку в отреагировании внутренних конфликтов, страхов, агрессивных тенденций, уменьшении тревожности, беспокойства и чувства вины.	Ритуал приветствия. Пальчиковая гимнастика. Мандалатерапия: раскрашивание мандал. Итог занятия.
4 .		«Волшебная комната»	Стабилизировать эмоциональноволевою сферу	Ритуал приветствия. Игра «Парашют». Недирективная игротерапия. Упражнение на релаксацию. Итог занятия.
5 .		«Сказочный лес настроений»	Развивать и гармонизировать эмоциональную сферу ребенка. Снятие психоэмоционального напряжения. Развивать умение понимать свои чувства и чувства других. Развивать эмпатию.	Ритуал приветствия. «Сказочный лес настроений» рисование Рефлексия. Итог занятия.

	6 .		«Волшебная мандала»	Актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения. Развитие оригинальности, гибкости, ассоциативности мышления, воображения.	Ритуал приветствия Беседа о круге. Изотерапия, музыкотерапия, цветотерапия. Упражнение «Мандала» (рисование цветными карандашами) Рефлексия. Итог занятия.
	7 .		«Наши ножки»	Развитие творческого воображения и фантазии. Развитие вариативности и оригинальности мышления.	Ритуал приветствия Изотерапия, музыкотерапия, цветотерапия. Упражнение «Обведи ноги». Рефлексия. Итог занятия.
	8 .		«Музыкальное настроение»	Способствовать умению передавать настроение музыки. Снятие эмоционального напряжения. Развитие творческого самовыражения. Релаксация.	Ритуал приветствия Изотерапия, музыкотерапия, цветотерапия. Упражнение «Музыка-настроение» . Музыкотерапия. Упражнение «Спонтанное рисование под музыку» Рефлексия Итог занятия
Ноябрь	1 .		«Сказки загадки»	Способствовать развитию и совершенствованию моторики рук и тонких движений пальцев. Развивать воображение и фантазию	Ритуал приветствия. Пальчиковая гимнастика Изотерапия Массаж ладоней карандашами. Итог занятия.

2 .		«Куклы защитники»	Развить грубую и мелкую моторику рук; развить коммуникативные навыки; развить самосознание. Профилактика тревожности и страхов.	Ритуал приветствия. Куклотерапия: изготовление куклы из фольги. Итог занятия.
3 .		«Кляксы»	Стабилизировать эмоциональноволевую сферу дошкольников. Развивать воображение и фантазию	Ритуал приветствия. Игра «Дотронься до...». Изотерапия: рисуем кляксы. Итог занятия
4 .		«Воспоминания о лете»	Отреагировать внутренние конфликты, страхи, агрессивные тенденции, уменьшить тревожность, беспокойство	Ритуал приветствия. Просмотр слайд-шоу «Бабочки» Песочная терапия: рисуем на песке. Итог занятия.
5 .		«Страна цвета»	Расширение представления детей о разных цветах и их влияние на организм и общее состояние людей. Развитие фантазии и творческого воображения. Снятие напряжения и релаксация	Ритуал приветствия Цветотерапия. Видеоролик «Разноцветный мир». Изотерапия. Упражнение «Самовыражение в цвете» Рефлексия. Итог занятия.
6 .		«Маски»	Развитие самосознания, самовыражение. Развитие творческого мышления, креативности. Развитие эмоциональной грамотности.	Ритуал приветствия Упражнение. «Создаем маску» Лепка, рисование. Рассказ «Маски». Рефлексия. Итог занятия.

7 .		«Свободный танец»	Повышение настроения. Развитие воображения. Развитие коммуникативных навыков, сплочение детского коллектива.	Игра приветствие. Музыкатерапия. «Танец пяти движений» Рефлексия. Итог занятия.
8 .		«Остров эмоций»	Повышение уверенности в себе. Развитие креативности. Снижение уровня тревожности. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Изотерапия, музыкатерапия. Коллективная работа «Остров эмоций» Рефлексия. Итог занятия
1 .		«Моё настроение»	Способствовать нейтрализации негативных личностных проявлений. Способствовать расширению эмоционального опыта.	Ритуал приветствия. Беседа о настроении. Мандалатерапия: насыпная мандала. Итог занятия.
2 .		«Загадочное настроение»	Совершенствование памяти, внимания, развитие восприятия, творческих способностей, воображения, речи	Ритуал приветствия. Изотерапия: раскраски по номерам. Дыхательная гимнастика. Итог занятия
3 .			Развить мелкую моторику рук; развить зрительно-моторную координацию. Профилактика тревожности и страхов.	Ритуал приветствия. Пластилинотерапия: делаем по шаблону узор из пластилина на пластмассовых крышках. Итог занятия.

4 .		«Новогодние игрушки»	Развить грубую и мелкую моторику рук. Профилактика эмоциональных проблем.	Ритуал приветствия. Пластилинотерапия: делаем плоские елочные игрушки из пластилина и CD-дисков. Итог занятия.
5 .		«Сказочные герои»	Способствовать самовыражению ребенка. Учить передавать наиболее характерные черты персонажа сказки, с помощью мимики и пантомимики. Повышать уверенность в себе. Развивать воображение.	Игра приветствие. «Хоровод современных героев» Упражнение «Карнавал сказочных героев» (использование пластилина) Рефлексия. Итог занятия.
6 .		«Автопортрет»	Помочь детям понять собственную индивидуальность. Развивать креативность. Снижать уровень тревожности.	Игра «Радио». Изотерапия. «Я в натуральную величину» (использование акварельных) Рефлексия. Итог занятия.
7 .		«Волшебная страна чувств»	Закрепление знаний об эмоциях. Развитие умения понимать свои чувства и чувства других людей. Развитие эмпатии.	Игра приветствие. Игра «Угадай эмоцию». Упражнение «Повтори фразу». Сказкотерапия. Чтение сказки «Королева Эмоция» и беседа по ней.
8 .			Развитие воображения. Развитие умения с помощью изобразительных средств выразить свои чувства. Повышение самооценки	Изотерапия. Упражнение «Поезд эмоций» (рисование цветными карандашами). Рефлексия. Итог занятия.

Январь

1.		«Наши чудесные имена»	Осознание ценности и уникальности собственной личности. Развитие положительного, целостного образа «Я», самопринятия. Развитие креативности, творческого мышления. Снятие тревожности, выражение внутренних конфликтов.	Сказкотерапия. Чтение сказки «Жили-были Имена», беседа по ней. Песочная терапия. Упражнение «Мое имя» (использование кинетического песка). Изотерапия. Упражнение «Рисунок имени» (рисование различными изобразительными средствами).
2.		«Снегопад»	Развить грубую и мелкую моторику рук. Профилактика эмоциональных проблем.	Ритуал приветствия. Игра «Парашют». Игротерапия: «Лепим снежинки». Игра «Снегопад». Упражнение на релаксацию.
3.		«Море»	Развить чувство сопереживания, лучшего понимания себя и других, обучение быть в мире с самим собой.	Ритуал приветствия. Игра «Сороконожка» Изотерапия: «Дорисуй картину» (коллективная дорисовка картины «Море»)

4.		«Снежная мандала»	Актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения. Развитие оригинальности, гибкости, ассоциативности мышления, воображения.	Ритуал приветствия Изотерапия, музыкотерапия, цветотерапия. Упражнение «Изготовление снежной мандалы» (использование пластилина).
5.		«Добрые волшебники»	Развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других. Способствовать снижению уровня тревожности. Релаксация.	Игра приветствие. Песочная терапия, музыкотерапия. Упражнение «Необыкновенные следы» (использование сухого и кинетического песка). Релаксация «Полет высоко в небе». Рефлексия.
6.		«Музыкальная шкатулка»	Развитие творческого воображения и фантазии. Гармонизация эмоционального состояния, свободное выражений эмоций. Повышение самооценки.	Игра приветствие. Музыкатерапия. Упражнение «Музыкальные каракули». Упражнение «Свободный танец». Рефлексия.
7.		«Придуманная страна»	Развивать фантазию и воображение. Развивать вербальное и невербальное общение. Формировать интерес к творческим играм.	Игра приветствие. Изотерапия. Упражнение «Придуманная страна» (Групповое рисование цветными карандашами).
8.		«Придуманная страна»	Развитие фантазии и воображения	

Февраль

1.		«Золотая рыбка»	Развить грубую и мелкую моторику рук; развить зрительно-моторную координацию. Профилактика тревожности и страхов.	Ритуал приветствия. Изотерапия: обрывная аппликация «Золотая рыбка».
2.		«Фантастическое существо»	Формировать адекватную СО и уверенность в себе. Способствовать осознанию своих чувств, переживаний.	Ритуал приветствия. Игра «Дотронься до...» Рисование «Фантастическое существо». Итог занятия
3.		«Нарисуем мы картину»	Способствовать нейтрализации негативных личностных проявлений. Способствовать расширению эмоционального опыта.	Ритуал приветствия. Игра «Парашют». Изотерапия: рисуем картину флюоресцентными маркерами. Итог занятия.
4.		«Радуга настроений»	Развитие эмоциональной сферы, отреагирование эмоций и чувств. Гармонизация эмоционального состояния. Снятие напряжения. Развитие воображения.	Игра приветствие. Сказкотерапия. Чтение терапевтической сказки «Чудокактус». Рисунок «Чудокактус». Рефлексия. Итог занятия.
5.		«Желанный подарок»	Творческое самовыражение. Снятие эмоционального напряжения, тревожности. Развитие креативности. Повышение самооценки.	Игра приветствие. Аппликация из цветной бумаги «Желанный подарок». Рефлексия. Итог занятия.

	6.		«Волшебные нитки»	Спонтанное самовыражение. Снятие эмоционального напряжения, тревожности. Развитие креативности. Повышение самооценки. Развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.	Игра приветствие. Кляксография «Волшебные нитки» Рефлексия. Итог занятия.
	7.		«Карта звёздного неба»	Творческое самовыражение. Развитие мышления и креативности. Снятие тревожности, эмоционального напряжения. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Групповая работа «Карта звёздного неба».
	8.		«Космос»	Снятие тревожности	Прослушивание музыки.
Март	1.		«Почему облака превращаются в тучи?»	Помочь ребенку в отреагировании внутренних конфликтов, страхов, агрессивных тенденций, уменьшении тревожности, беспокойства и чувства вины.	Ритуал приветствия. Сказкотерапия: прослушивание, обсуждение, анализ сказки. Изотерапия: рисование запомнившегося момента из сказки. Итог занятия.
	2.		«Маска»	Развить грубую и мелкую моторику рук; развить зрительно-моторную координацию. Профилактика тревожности и страхов.	Ритуал приветствия. Маскотерапия: создание масок для бала-маскарада.

3.		«Моя семья»	Помочь ребенку в отреагировании внутренних конфликтов, страхов, агрессивных тенденций, уменьшении тревожности, беспокойства и чувства вины.	Ритуал приветствия. Беседа о семье. Изотерапия: рисунок «Моя семья» Итог занятия.
4.		«Круг дружбы»	Способствовать нейтрализации негативных личностных проявлений. Способствовать расширению эмоционального опыта.	Ритуал приветствия. Мандалатерапия: создание коллективной мандалы с помощью пластилина и др. материалов. Итог занятия.
5.		«Песочные картины»	Отреагировать внутренние конфликты, страхи, агрессивные тенденции, уменьшить тревожность, беспокойство	Ритуал приветствия. Песочная терапия: рисование на песке с помощью трафаретов. Упражнение на релаксацию. Итог занятия.
6.		«Настроение под музыку»	Снятие мышечного напряжения и зажимов Развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния. Обучение навыкам релаксации и расслабления.	Игра приветствие. «Какое настроение дала мне музыка?» Рисование восковыми мелками свое настроение под музыку». Рефлексия. Итог занятия.

	7.		«Музыкальное путешествие на море»	Снятие мышечного напряжения и зажимов Развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния. Обучение навыкам релаксации и расслабления. Развитие образного мышления и воображения.	Игра приветствие. Игра «Музыкальное путешествие на море». «Нарисуй свое путешествие, чтобы его запомнить».
	8.		«Мой необычный день»	Развитие самосознания, самовыражение. Развитие творческого мышления, воображения. Актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения.	Игра приветствие. Рисунок на «Мой необычный день». Рефлексия. Итог занятия.
Апрель	1.		«Остров счастья»	Выработка навыков эффективного взаимодействия. Развитие креативности. Снижение уровня тревожности. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Рисунок собственного острова счастья.
	2.		«Волшебное дерево»	Творческое самовыражение. Снятие эмоционального напряжения. Развитие креативности. Снятие тревожности. Повышение самооценки	Игра приветствие. Коллективная работа «Волшебное дерево» (апликация) Рефлексия.

	3.		«Сундучок желаний»	Самовыражение своих желаний, потребностей. Повышение уверенности в себе. Снижение уровня тревожности.	Игра приветствие. «Сундучок со сказочными предметами». Сочинение историй. Рефлексия.
	4.		«Путешествие на облаке»	Повышение уверенности в себе. Развитие креативности. Снижение уровня тревожности. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Техника «Кляксы» Релаксация «Плывем на облаках». Рефлексия.
	5.		«Цветочный сад»	Развить грубую и мелкую моторику рук; развить зрительно-моторную координацию. Профилактика тревожности и страхов.	Ритуал приветствия. Изотерапия: создаем коллаж на тему «Цветочный сад» Упражнения для профилактики нарушений зрения.
	6.		«Домик для совы»	Способствовать нейтрализации негативных личностных проявлений. Способствовать расширению эмоционального опыта.	Ритуал приветствия. Пластилинотерапия: создание домика для совы
	7.		«Открытка в подарок»	Способствовать нейтрализации негативных личностных проявлений. Способствовать расширению эмоционального опыта.	Ритуал приветствия. Изотерапия: рисование мыльными пузырями. Итог занятия.

	8.		«Путешествие в космосе»	Расширение воображения, снятие напряжения.	Рисунок космоса, музыка терапия.
Май	1.		«В волшебном лесу»	Повышение самооценки. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие Упражнение «Укрась животного». Упражнение «Волшебный лес». Рефлексия. Итог занятия.
	2.		«Искатели сокровищ»	Повышение самооценки. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Упражнение «Лес и его жители». «Морские жители». «Остров сокровищ». Рефлексия. Итог занятия.
	3.		«Моя первая книга»	Творческое самовыражение. Снятие эмоционального напряжения. Развитие креативности. Снятие тревожности. Повышение самооценки	Игра приветствие. Создание собственной книги. Рефлексия. Итог занятия.
	4.		«Визитная карточка»	Творческое самовыражение. Снятие эмоционального напряжения. Развитие креативности. Снятие тревожности. Повышение самооценки	Приветствие. Рассказ о себе. Рефлексия. Итог.

5.		«Водопад»	Снятие мышечного напряжения и зажимов. Развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния. Обучение навыкам релаксации и расслабления.	Игра приветствие. Игра «Волшебная вода» Релаксация «Водопад». Рефлексия. Итог занятия
6.		«Нарисованная сказка»	Снятие тревожности. Повышение самооценки. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Групповое сочинение сказки. Рисунок сказки.
7.		«Заколдованные буквы»	Развитие креативности. Повышение самооценки. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Упражнение «Украсть слово». «Город дружбы». «Украсть букву». Рефлексия. Итог занятия.
8.		«Солнце группы»	Снятие тревожности. Повышение самооценки. Развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.	Игра приветствие. Сказка «Как солнышко спать ложится». Коллективная работа «Солнце группы». Рефлексия. Итог занятия.

7.Список литературы

1. Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. — М.: Генезис, 2007.
2. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей. Для детей от 5 до 6 лет. - СПб.: Речь, М.: Сфера, 2011.
3. Монакова Н.И. «Путешествие с Гномом». Развитие эмоциональной сферы дошкольников. – СПб.: Речь, 2008.
4. Малахова А.Н. «Небесное путешествие». Программа игротерапии для дошкольников.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008.
5. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки.- 2-е изд.- М.: Генезис, 2007.
6. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – 2-е изд.- М.: Генезис, 2009.
7. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет: Пособие для практических работников детских садов / Авторсоставитель И.А. Пазухина – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008.
8. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. Пособие для практических работников ДОУ.- М.: Айрис-пресс, 2004.
9. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 2010.
10. Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг / Под ред. Копытина А.И.- М.: «Когито-Центр», 2008.
11. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала». Под редакцией Копытина А.И. СПб.: Речь, 2005
12. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми". СПб.: Речь, 2008.
13. Моница Г.Б., Гурина Ю.В. Игры для детей от трех до семи лет.-СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008.
14. Практика сказкотерапии/Под ред. Н.А. Сакович.- СПб.: Речь, 2006.
15. Лютова-Робертс Е., Моница Г. Игры-приветствия для хорошего настроения. СПб.: Речь, 2011.
16. Алябьева Е.А. Эмоциональные сказки. Беседы с детьми о чувствах и эмоциях.-М.: ТЦ Сфера, 2015.
17. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. 2-е изд., доп. и перераб. СПб.: Издательство «Речь», 2005.
18. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга.- СПб.: Издательство «Речь», 2005.
19. Уханова А.В. Завтра в школу! Развитие эмоций и навыков общения у ребенка.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011.
20. Н.В. Плотникова. 100 и 1 игра на развитие у ребенка навыков общения и уверенности в себе. СПб.: Речь, 2011.
21. Зейц М. Пишем и рисуем на песке: практические рекомендации.- М.:ИИТ, 2010.

22. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арттерапии.- СПб: Речь, 2010.
23. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий.- СПб: Речь, 2010.
24. Сучкова Н.О. Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей.- СПб: Речь, 2008.
25. Федосеева М.А. Занятия с детьми 3-7 лет по развитию эмоционально-коммуникативной и познавательной сфер средствами песочной терапии.- М.: Учитель, 2015.
26. Конаныхина Е.Ю. Волшебство в песочнице. Песочная терапия в работе с детьми.- М.: Генезис, 2015.
27. Васина Е.Н., Барыбина А.В. «Я+я», «я+Я» - арт-альбомы для семейного консультирования. Комплект (2 арт-альбома+метод.пособ.). – М.: Генезис, 2012.
28. Велиева С.В. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учеб.методич.пособие.- СПб.: Речь, 2007.
29. Практикум по возрастной психологии: Учеб.пособие/Под ред. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф.СПб.: Речь, 2002.
30. Расслабляющие и успокаивающие игры для детей от трех до шести лет. А.И. Лучинкина и др.- Ростов н/Д: Феникс, 2016.
31. Колягина В.Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников. Учебно-методическое пособие.- М.: Прометей, 2016.
32. Иванов. С.Н. Диагностика и коррекция цветом и рисунком.- М.: Национальный книжный центр, 2017.
33. Баер У. Творческая терапия-Терапия творчеством (Теория и практика психотерапии, использующей разнообразные формы творческой активности/пер.с нем.Е.Климовой и В.Комаровой).-М.:Независимая фирма «Класс», 2015.
34. Ткачева Т.Е. Психотерапевтические сказки для взрослых и детей. Ростов н/Д, 2016.
35. Светланова И.А. Психологические игры для детей.- Ростов н/Д: Феникс, 2015.
36. Программное обеспечение для психолога: экспертная система «Лонгитюд» и ЭДК. СПбГУ, 2013.
37. Мосина Е.С. Почему облака превращаются в тучи? Сказкотерапия для детей и родителей.3-е изд.- М.: Генезис, 2016.
38. Жизненные навыки для дошкольников. Занятия-путешествия. Программа – технология позитивной социализации дошкольников в системе ДОО. Под общей редакцией С. В. Кривцовой. М.: Клевер-Медиа-Групп, 2016.