



Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования «Центр внешкольной работы»
Ново-Савиновского района г.Казани

Рассмотрена на заседании методического
объединения отдела «28» августа 2025 г.,
протокол №1

Принята на заседании методического совета
«29» августа 2025г., протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЦВР
Ново-Савиновского района г.Казани
/А.И. Салимова /
введена в действие приказом
№116-о от 1сентября 2025 г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Арт-терапия»**

Возраст обучающихся: 10-14 лет

Срок реализации: 1 год

Педагог дополнительного образования

Яковлева И.Д.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Арт-терапия» составлена на основании Образовательной программы «Центра внешкольной работы» Ново-Савиновского района г. Казани в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28
- Уставом МБУДО «Центр внешкольной работы» Ново-Савиновского района г.Казани.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности составлена педагогом дополнительного образования Яковлевой Ией Денисовной.

Программа предназначена для учащихся 10-14 лет и рассчитана на 1 год обучения.
Общие сведения о коллективе:

Состав группы	постоянный
Особенности набора детей	свободный
Форма занятий	групповые
Время существования объединения	1 год
Количество обучающихся	15 человек в группе
Возраст учащихся	10-14 лет
Количество занятий	4 часа в неделю 144 часа в учебный год
Место проведения занятий	МБОУ «Лицей № 23»

В последние годы наблюдается интерес педагогов и психологов к поиску наиболее эффективных и экологичных направлений в работе с детьми и подростками, так как именно в этот возрастной период происходит формирование психологического здоровья, развитие всех психических процессов, становление личности. Специалисты часто сталкиваются с проблемой установления положительного эмоционального контакта с детьми и подросткам; недостаточностью инструментов, позволяющих стимулировать к выполнению заданий и вовлечению ребенка на контакт с окружающими сверстниками и со взрослыми.

Актуальность дополнительной общеобразовательной программы «Арт-терапия» обусловлена тем, что в переходный период, когда подростки начинают активно формировать

собственную личность и могут испытывать стресс, тревогу, эмоциональные кризисы, педагог обучает их безопасно выражать и перерабатывать эти эмоции через художественную деятельность. В процессе работы у учащихся повышается уверенность в себе, развивается воображение, самостоятельность и критическое мышление. Творческое взаимодействие в группе способствует развитию навыков коммуникации, эмпатии и командной работы, что важно для учащихся в этом возрасте.

Обучение по программе способствует снижению уровня тревожности, стрессоустойчивости и профилактике депрессивных состояний, а также помогает подросткам лучше адаптироваться к изменениям в школе и социальной жизни. Все это способствует гармоничному развитию и успешной социализации обучающихся в социуме.

Программа построена так, чтобы у учащихся формировалось целостное представление о закономерностях общения и взаимодействия с окружающими: осваиваются приемы конструктивного общения, передачи вербальной и невербальной информации, понимания причин конфликтов и способов их разрешения, а также осознания своей уникальности и понимания себя.

На занятиях используются разнообразные формы искусства: музыка, литература, театральные элементы и другие виды творчества, что обогащает занятия и делает их более эффективными.

Цель программы: Восстановление психоэмоционального состояния человека, гармонизация его личности.

Задачи программы:

1. Создать оптимальные для обучающегося условия, способствующие наиболее четкой вербализации и проработке тех мыслей и чувств, которые он привык подавлять;
2. Оказать поддержку в преодолении внутреннего напряжения и эмоциональных трудностей;
3. Помочь найти социально-приемлемый подход как позитивным, так и негативным чувствам;
4. Развивать навыки самовыражения и коммуникативные способности;
5. Формировать положительное отношение к себе и окружающему миру.

Программа реализуется посредством проведения групповых занятий с элементами тренинга. Группа не должна превышать 15 человек. Занятия проходят два раза в неделю по 2 часа. Срок реализации программы – 1 год.

Учебно-воспитательный процесс проходит в учебном классе при наличии необходимой аппаратуры: компьютера, проектора и экрана, и письменных принадлежностей: бумаги, ручек, карандашей, фломастеров, красок, пластилина или глины.

Анализ эффективности арт-терапевтического воздействия осуществляется методом психолого-педагогического наблюдения, анализа результатов деятельности учащегося с помощью совместного обсуждения непосредственно на занятии, комплексу методик Многомерная шкала удовлетворенности жизни школьника (ШУДЖИ), Шкале личностной тревожности учащихся А. М. Прихожан, общей самооценки Г. Н. Казанцевой и Опроснику копинг-установок подростков АСОРЕ в адаптации Н. А. Польской.

Многомерная шкала удовлетворенности жизни школьника (ШУДЖИ) -используется для определения общей удовлетворенностью жизнью;

Шкала личностной тревожности учащихся А.М. Прихожан – используется для оценки уровня тревожности обучающегося;

Методика Изучения общей самооценки Г. Н. Казанцевой - используется для выявления уровня самооценки подростка;

Опросник копинг-установок в адаптации Польской -

используется для определения актуальных на момент прохождения копинг-стратегий подростка.

Ожидаемые результаты по окончанию обучения:

- укрепление внутренней устойчивости и способности справляться с трудными ситуациями благодаря использованию арт-терапевтических техник;
- Снижение уровня тревожности и стресса;
- Улучшение качества коммуникации, от формального общения до проявления эмпатии и понимания эмоций других людей;
- улучшение способности выражать свои чувства, мысли и переживания через художественные формы;
- развитие способности работать в группе, сопереживать другим, уважительно относиться к чужим выражениям и мнениям;
- Повышение самооценки личности.

Итоговая аттестация учащихся, в соответствии с учебным планом ЦВР, проводится в форме группового проекта.