

Согласовано: Заместитель директора по ВР
МБОУ «Златоруновская СОШ
им ГСС К.Ф. Белошапкина»
Пешкова О.Н. _____
«_____» _____ 2025 г

Утверждено: директор МБОУ
«Златоруновская СОШ
им ГСС К.Ф. Белошапкина»
Бутотова Г.А. _____
«_____» _____ 2025 г

Дополнительная общеразвивающая программа
для организаций отдыха и оздоровления детей

«Арт-терапия»

Автор:

Левочкина Олеся Владимировна – педагог-психолог

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Срок реализации: 2-23 июня 2025

Номинация по программе Летняя радуга: 1. «Дополнительная
общеразвивающая программа для организаций отдыха и оздоровления детей»
по художественной направленности.

Актуальность и практическая значимость программы

Каникулярное время в жизни детей и подростков – это особая пора – пора отдыха от учебных занятий в школе, пора максимального количества свободного времени.

Сегодня учреждения образования приоритетных направлений определяют организацию такого отдыха в каникулы, при котором учащиеся смогли бы не только отдохнуть, но и воплотить свои собственные планы, обнаружить у себя нераскрытые собственные интересы и таланты.

Арт-терапия развивает способность мыслить творчески, что делает ребенка более жизнерадостным, стойким к стрессовым ситуациям. Арт-терапия приобретает все большую популярность среди психологов, как наиболее экологичный, безболезненный метод воздействия на психику ребенка.

Практическая значимость. Применение арт-методов не имеет возрастных ограничений. Программа «Арт-терапия» рассчитана на младших школьников и подростков. Студия арт-терапии является доступной и эффективной формой групповой работы в условиях образовательного учреждения: она соответствует возрастным особенностям детского и подросткового контингента и не требует значительных материальных затрат. Арт-терапия ресурсна, дает ребенку возможность самовыражения, в результате чего происходят улучшения в его эмоциональной и поведенческой сферах, помогает подросткам формировать позитивную Я-концепцию.

Спектр показаний для арт-терапевтической работы в системе образования: развитие творческих способностей и креативности, негативная «Я-концепция», трудности эмоционального развития, импульсивность, тревожность, страхи, агрессивность, переживания эмоционального отвержения, стрессы, депрессия, неадекватное поведение, нарушения отношений с близкими людьми, конфликты, враждебность к окружающим.

Цели и задачи

Цель: Создание условий для организации отдыха обучающихся в летний период и гармонизации личности детей и подростков в том числе детей с ОВЗ, через раскрытие их творческого потенциала.

Задачи программы:

- развивать социальный интеллект;
- развивать чувства собственной значимости;
- развивать умения контролировать свои действия;
- снять эмоциональное напряжение;
- развивать воображение;
- развивать творческие способности.

Возраст детей: Группы подбираются по **возрасту: 7–14 лет**. Оптимальное количество участников — 12–15 человек.

Срок реализации данной программы: со 2 июня по 23 июня.

Режим занятий: Программа рассчитана на 16 занятий продолжительностью 30-45 минут, ежедневно.

При реализации программы используются техники: изотерапия, сказкотерапия, мандала-терапия, музыкотерапия, куклотерапия, драматерапия, лепка, коллаж и пр.

Основные формы организации деятельности учащихся на занятии:

- групповая.

Специфика проведения: открытая Арт-студия (позволяет подключиться новому участнику к группе с любого занятия, поскольку тема каждой встречи отлична от предыдущих и последующих).

Ожидаемые результаты

- освобождение ребенка от негативных переживаний (тревожности, страхов, агрессии), внутри личностных конфликтов;
- удовлетворенность собой и своим окружением;
- свобода творческого самовыражения;
- умение работать со своими переживаниями;
- раскрытие внутренних ресурсов ребенка.

Календарно-тематическое планирование

№	Кол-во часов	Тема
1	1	Волшебные краски
2	1	Живопись кончиками пальцев «Планета счастья»
3	1	Монотипия
4	1	Рисование волшебными краскам «Морские узоры» (эбру-терапия)
5	1	Лепка из солёного теста «Фигура с закрытыми глазами»
6	1	Оригами «Цветы в подарок»
7	1	Кляксография «Волшебные нитки»
8	1	Рисунок в круге «Мандала»
9	1	Коллаж «Какой Я»
10	1	Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»
11	1	Папье- маше «Две маски “Я”».
12	1	Индийские мандалы
13	1	Парное рисование
14	1	Чудеса из теста
15	1	Сказочные фигуры
16	1	Рисуем музыку

Основное содержание работы

Методологической основой программы послужили концепции З.Фрейда, К. Юнга, К. Роджерса, практические наработки и исследования А.И. Копытина, Н.А. Сакович, Л.Д. Лебедевой.

Структура занятий:

1. ритуал приветствия,
2. разминочные упражнения,
3. реализация арт-техники и обсуждение продукта,
4. рефлексия занятия,
5. ритуал прощания.

п/п	Тема	Содержание занятия	Количество часов
1	Волшебные краски	Цель: знакомство участников, сплочение группы, настрой на совместную работу, развитие креативности и воображения. Задачи: сенсорно-перцептивное развитие, снятие эмоционального напряжения, развитие гибкости, оригинальности мышления. Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканчики, растительное масло, мука, клей ПВА, крупная соль, листы бумаги (плотные), клеенка, газеты, салфетки для вытирания рук, ватман, релаксационная музыка. Ход занятия 1. Упражнение «Имя-движение»: Первый участник называет свое имя и производит любое движение. Второй участник повторяет имя и движение предыдущего и называет свое имя, производя новое движение и т.д. по принципу «Снежный ком». 2. Ритуал приветствия: Участники предлагают ритуал приветствия, который будет использоваться на каждом занятии. Выбирается понравившийся всем ритуал. 3. Беседа с педагогом-психологом 1. Рассказ педагога-психолога о студии. 2. Рассказ участников о себе: Что я люблю делать в свободное время? 4. Арт-терапевтическое упражнение «Волшебные краски»: «Волшебная краска» изготавливается самими детьми.	1

		Рецепт краски (в расчете на одного ребенка): 150 г муки, щепотка соли, столовая ложка растительного масла, столовая ложка клея ПВА, воды добавляется столько, чтобы краска по консистенции была, как густая сметана. Дети рассаживаются вокруг этих материалов. Первый этап: ребята в стаканчики насыпают необходимое количество муки, куда постепенно добавляют соль, масло, воду, клей. Очень важно, чтобы все компоненты смешивались руками. При добавлении нового компонента в основу краски меняются сенсорные ощущения детей. В процессе смешивания компонентов нужно попросить ребят прокомментировать свои ощущения, чувства. Когда основа под краску готова, детям предлагается выбрать любимый цвет краски и добавить ее в основу. Если нужен яркий тон краски, то гуаши добавляется много, если бледный — немного. Таким же образом можно будет отрегулировать желание нескольких детей создавать один цвет. Он будет разной интенсивности. Конечно, хорошо, если цвета не будут повторяться. Готовая краска выставляется в центр. Детям раздаются листы бумаги и под приятную музыку предлагается пальчиками, используя свою полученную краску, нарисовать что-нибудь. Это может быть и заданная тема. После обсуждения полученных работ и ощущений от рисования, детям предлагается нарисовать совместный рисунок на ватмане. Психолог в это время, отслеживает способы взаимодействия детей, их состояния и поведенческие реакции при изготовлении краски и рисовании. Когда работы будут готовы, следует сделать выставку с последующими комментариями. Обсуждение: Какие ощущения у вас были, когда вы рисовали волшебными красками? Понравилось или не понравилось рисовать? Что вы хотели изобразить? Что получилось? Что хотелось бы изменить? Дайте название своей работе. 5. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ритуал прощания. Участники предлагают ритуал прощания, который будет использоваться на каждом занятии. Выбирается понравившийся всем ритуал. (Например, становимся в круг, беремся за руки и дружно говорим «До-сви-да-ни-я»).	
2	Живопись кончиками пальцев «Планета	Цель: творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности. Задачи: снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности	1

	счастья»	мышления, воображения. Необходимые материалы: листы бумаги А3, гуашь, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой, релаксационная музыка. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение: Пальчиковая живопись «Планета счастья» <i>Алгоритм выполнения:</i> Возьмите бумагу и краски. На мгновение закройте глаза. Представьте себе вашу счастливую жизнь. Что необходимо изменить, внедрить, попробовать, чтобы к ней прийти? В центре нарисуйте счастье – такое, каким вы себе его представляете, в любом образе. Когда завершите работу, посмотрите на нее внимательно. Ответьте себе на вопросы: Нравится ли вам ваше творение? Что вы чувствуете, когда смотрите на свое творение? Если бы планета могла говорить, что бы она вам сказала? 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	
3	Монотипия	Цель: спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности. Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения. Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканы, кисточка, клеенка, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение «Монотипия»: Детям предлагается нарисовать что-либо на бумаге гуашью, затем отпечатать рисунок на другую бумагу. Следует обратить внимание детей на то, как смешиваются цвета, какие новые цвета получаются, как меняется рисунок. Далее	1

		психолог предлагает детям дорисовать монотипию красками, фломастерами или карандашами до какого-либо образа, сделать рамку для получившейся картины, придумать название картины и небольшую историю о ней. Второй вариант техники: детям предлагается взять нитку, обмакнуть ее в гуашь (одного или нескольких цветов) и разложить на одной части листа бумаги, прикрыть другой частью листа, прижать и выдернуть нитку. По результатам проводится обсуждение: Какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы хотели, чтобы у вас получилось? Что получилось в итоге? На что похоже изображение? Нравится ли вам результат? Что хотите исправить? Дайте название работе. Далее психолог предлагает создать на ватмане групповую монотипию и затем совместно дорисовать ее до какого-либо образа. Обсуждение: Получилось ли создать единую картину? Почему? Придумайте название изображению. Каково ваше участие в создании картины? Какие чувства вызывает картина? 4. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ритуал прощания.	
4	Рисование волшебными краскам «Морские узоры» (эбру-терапия)	Цель: познание себя, повышение уверенности в себе, спонтанное самовыражение. Задачи: снижение уровня тревожности, развитие навыков эффективного взаимодействия, развитие воображения, ассоциативного мышления. Необходимые материалы: набор для рисования Эбру, листы бумаги. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. Арт-терапевтическое упражнение: Рисование эбру- красками «Морские узоры». <i>Алгоритм выполнения:</i> Перед вами на столе емкость с водой. Попробуйте нанести рисунок с помощью разбрызгивания краски по поверхности. Не торопитесь, это не так просто, как кажется. Некоторые мастера овладевали этой техникой месяцы и годы. Так что почувствуйте себя искусником и постарайтесь медленно разбрызгивать краску. Затем возьмите шило и проведите несколько параллельных линий на расстоянии примерно 1 см друг от друга. После проведения каждой	1

		линии вытирайте шило мягкой салфеткой, тогда рисунок будет четче и красивее. Затем также возьмите бумагу и приложите к поверхности, аккуратно снимите и вы получите замечательный рисунок. Наложите на одну и ту же бумагу несколько слоев краски, по мере высыхания листа. Вы увидите, что постепенно краски становится все больше и больше, орнамент меняется и результат превзойдет все ваши ожидания. После того, как краска высохла, вы можете нанести какие-либо графические элементы, тем самым подчеркнув оригинальность техники. Когда завершите работу, посмотрите на нее внимательно. Ответьте себе на вопросы: Нравится ли вам ваше творение? Что вы чувствуете, когда смотрите на свое творение? Какой ваш любимый цвет? Почему были выбраны именно эти цвета? 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	
5	Лепка из солёного теста «Фигура с закрытыми глазами»	Цель: развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения. Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления. Необходимые материалы: Солёное тесто, стеки, повязка для глаз. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение: Лепка из солёного теста «Фигуры с закрытыми глазами» <i>Алгоритм выполнения:</i> Выполнить любую фигурку из соленого теста. Далее ребенку закрывают глаза специальной повязкой. Необходимо внести изменения в скульптуру. В нее можно вносить изменения, но не ломать и не переделывать до неузнаваемости. Далее можно обсудить чувства, возникшие в процессе занятия, принятие или неприятие изменения первичного образа фигурки и итогового. 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	1
6	Оригами «Цветы в подарок»	Цель: творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности.	1

		Задачи: снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения. Необходимые материалы: двусторонняя цветная бумага, ножницы, клей. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение: Оригами «Цветы в подарок» <i>Алгоритм выполнения:</i> Подростку предлагается с помощью цветной бумаги, способом сгибания бумаги из квадрата и круга, изготовить цветы различной формы и на листе бумаги изготовить объемное изображение, создать образ подарка. Далее предлагается рассказать о своей работе, о тех мыслях и чувствах, которые возникали по ходу. Если эта работа с ресурсами, то полезно спросить: как они помогают подростку в реальной жизни? Что они для него значат? 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	
7	Кляксография «Волшебные нитки»	Цель: спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности. Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения. Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканы, нитки шерстяные, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение: Кляксография «Волшебные нитки» <i>Алгоритм выполнения:</i> Приготовьте чистый лист бумаги, акварельные краски, нитки. Окуните нитки в разные по вашему выбору цвета. Выложите нитки с красками на листе бумаги. Нарисуйте цветными	1

		нитками, как может выглядеть ваше эмоциональное состояние в виде абстрактного сюжета – линий, цветовых пятен, разнообразных фигур. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и выложить нити так, как вам хочется больше, в полном соответствии с вашим настроением. Представьте, что вы переносите свою радость или злость на бумагу, стараясь “выплеснуть” их полностью, до конца. Не думайте о времени: выкладываете нити столько, сколько вам нужно, до тех пор, пока вы не почувствуете успокоение. После того как все нити выложены на лист, положите сверху еще один лист бумаги и прижмите тяжелой основой (стопка книг или пресс). Получится рисунок, отражающий ваше состояние. Далее можно обсудить чувства, возникшие в процессе выполнения работы. 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	
8	Рисунок в круге «Мандала»	Цель: спонтанное самовыражение, расслабление, развитие вариативности мышления, креативности. Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности, гибкости, ассоциативности мышления, воображения. Необходимые материалы: гуашь, акварель, пастель, цветные карандаши, пластмассовые стаканчики, кисточки, клеенка, бумага А3, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение «Мандала». Беседа о круге. Круг – символическая фигура, гармоничная, целостная. – Что в жизни, в природе вам встречалось круглое? – Какие ассоциации у вас вызывает «круг»? Детям предлагается нарисовать что-либо в круге (какой-то узор либо конкретный образ), начиная с центра. Дать название своей работе, рассказать о ней. По результатам проводится обсуждение: Какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы хотели, чтобы у вас получилось? Что получилось в итоге? На что похоже изображение? Дайте ему название. Что вы вкладываете в тот или иной цвет? Нравится ли вам результат? Что	1

		хотите исправить? Коллективная работа. Большой круг, размером с ватман, делится на секторы. Каждый ребенок рисует в своем секторе на тему «Радость». Обсуждение: Придумайте название изображению. Расскажите о своем секторе. Каково ваше участие в создании картины? Какие чувства вызывает общая картина? 4. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ритуал прощания.	
9	Коллаж «Какой Я»	Цель: развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения. Задачи: развитие самоинтереса, повышение самооценки, рефлексия различных «Я-схем», развитие креативности... Необходимые материалы: Газеты, журналы, бумага А3, клей, карандаши, фломастеры, ножницы Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение «Коллаж «Какой Я». <i>Алгоритм выполнения:</i> Включается релаксационная музыка. На минутку ребенок закрывает глаза. Представьте себе ту жизнь, которой вы хотели бы жить. Яркую, интересную, насыщенную желанными для вас событиями. Представьте себя в этой жизни. Побудьте в этом моменте. Затем откройте глаза, и возьмите журналы. Начните их листать, выбирая те картинки, которые отзываются вашей душе. Также хорошо отметить созвучные вам заголовки, слоганы, надписи. Можно вырвать листы с этими образами, или просто загнуть уголок странички. После того, как вы почувствуете: все, картинок хватит, — начните их вырезать. Разложите все картинки на листе бумаги. Меняйте их местами, передвигайте до ощущения «вот так здорово!». Затем приклейте все вырезанные элементы. Когда завершите работу, посмотрите на нее внимательно. Ответьте себе на вопросы: Нравится ли вам ваше творение? Как вы его назовете (лучше написать сверху на коллаже)?	1

		Что вы чувствуете, когда смотрите на свое творение? Если бы коллаж мог говорить, что бы он вам сказал? 4. Рефлексия. Обсуждение занятия.	
10	Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»	Цель: творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, повышение самооценки, развитие креативности. Задачи: снятие тревожности, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления, творческого восприятия. Необходимые материалы: листы бумаги, акварель, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение: Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками» <i>Алгоритм выполнения:</i> Приготовьте чистый лист бумаги, акварельные краски. Нарисуйте, как может выглядеть обида в виде абстрактного сюжета – линий, цветовых пятен, разнообразных фигур. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и провести линии так, как вам хочется больше, в полном соответствии с вашим настроением. Представьте, что вы переносите свою обиду на бумагу, стараясь “выплеснуть” их полностью, до конца. Не думайте о времени: рисуйте столько, сколько вам нужно, до тех пор, пока вы не почувствуете успокоение. Затем переверните лист и напишите несколько слов, отражающих ваше настроение. Долго не думайте, необходимо, чтобы ваши слова возникали свободно, без специального контроля со стороны сознания. После того как Вы нарисовали свое настроение и переложили его в слова, с удовольствием, эмоционально размойте его водой. Представьте себе, что теперь все ваша обида растворилась в воде. Ощутите, как все ваше беспокойство перешло от вас на бумагу, а вы избавились от своего напряженного состояния! 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	1

11	Папье- маше «Две маски “Я”».	Цель: творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности. Задачи: снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления. Необходимые материалы: газетная бумага, пластилин, клейстер, кисти, салфетки. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Арт-терапевтическое упражнение: Папье-маше «Две маски “Я”». <i>Алгоритм выполнения:</i> Изготовить маску, отображающую восприятие себя самим участником и маску, отображающую восприятие участника окружающими. Когда завершите работу, посмотрите на нее внимательно. Ответьте себе на вопросы: Нравится ли вам ваше творение? Как вы его назовете (лучше надписать сверху на маске)? Что вы чувствуете, когда смотрите на свое творение? Если бы маска могла говорить, что бы она вам сказала? 4. Рефлексия: Обсуждение занятия. Подросток делится впечатлениями и мыслями о занятии.	2
12	Индейские мандалы	Цель: самовыражение, расслабление, создание установки на достижения и позитивные изменения, развитие креативности и ассоциативного мышления. Задачи: развитие саморегуляции, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности, гибкости мышления, актуализация возможностей для самоизменения, активизация внутренних ресурсов. Необходимые материалы: нитки для вязания разноцветные, палочки для шашлычков (по 4 штуки на человека), ножницы, релаксационная музыка. Ход занятия 1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д. 3. Упражнение «Клубочек»: Участники разматывают клубочек, передавая его любому участнику	1

		и говоря адресату комплимент. При этом нить клубка они цепляют за собственный палец. Таким образом, образуется паутинка. Психологу необходимо проследить, чтобы комплимент получил каждый участник. Разматывается паутинка, говоря пожелания друг другу. 4. Арт-терапевтическое упражнение «Плетение индейской мандалы». Предварительно проводится беседа о плетении мандалы. «Сегодня каждый сплетет оберег для себя (амулет), который имеет общее название «Индейская мандала». Мандалы – это своеобразные картины мира, выражающие внутренний мир человека. В древности индейцы закладывали в эти плетеные узоры целые рассказы и образы, и один индеец, взяв в руки работу другого своего соплеменника, мог буквально “прочитать” мандалу по цветам и орнаменту, воспроизвести заложенный в нее образ почти слово в слово. Считается, что плетеные индейские мандалы родом из Центральной и Южной Америки. Такие мандалы плели индейцы племени Уичоль, проживающие на части территории современной Мексики. Индейцам Уичоль пришлось трудно, когда испанцы начали теснить их с родных земель, когда европейцы стали осваивать Америку. Наступили нелегкие времена гонений и переселений индейских племен, в течении которых многие из ценнейших навыков в искусстве были подзабыты или утеряны, и сейчас о плетении мандал, а главное, о сокровенной его части, почти не помнят. Поэтому в свой амулет сегодня каждый вложит то, что пожелает. Мандала – это санскритское слово. Сами индейцы называли свои изделия OjodeDio – “Божий Глаз”, а на языке уичоль использовалось слово Sikuli – “Власть видеть сокровенное” или, другим словом- ясновидение. Самые простые мандалы умели плести и дети: их изделия часто вешали в видном месте, считая, что сделанная детскими руками мандала несет в дом благословение и что Бог следит за миром и оберегает семью через эти работы. Плетение же больших сложных мандал было настоящим искусством. Если научиться делать качественные Ojos руками можно было достаточно быстро, то вот наука работы мыслями в этом процессе постигалась годами. В некоторые мандалы индейцы могли заложить целое повествование, выражая слова и предложения цветами и узорами, их сочетаниями и переплетениями. Говорят даже, что один индеец, взяв в руки мандалу своего собрата, мог, читая мандалу от центра, практически дословно воспроизвести заложенный в нее образ. То есть считать с узоров то, о чем думал мастер в момент плетения. К таким умениям – верно закладывать и верно считывать – шли годами».	
--	--	---	--

		Детям предлагается написать, какие изменения они хотели бы совершить в себе, что они хотят заложить в свою мандалу – оберег. Далее ребята выбирают необходимые цвета и записывают, какое понимание они вносят в тот или иной цвет. Вместе с психологом, под его руководством, дети создают свой волшебный оберег. По завершению плетения необходимо дать название своей работе. По желанию можно рассказать о смысле своей мандалы. По результатам проводится обсуждение: Какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы вкладывали в тот или иной цвет? Нравится ли вам результат? Что вы сделаете со своим оберегом дальше? 5. Рефлексия. Ребята делятся впечатлениями о занятии. Ритуал прощания.	
13	Парное рисование	Цель: развитие навыков общения, воображения. Задачи: развитие саморегуляции, умения работать по правилам, навыков конструктивного взаимодействия, умения понимать собеседника, совместно работать и договариваться для достижения единого результата, снятие психоэмоционального напряжения, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности. Необходимые материалы: бумага, фломастеры, цветные карандаши, релаксационная музыка. Ход занятия: 1.Ритуал приветствия. Упражнение «У нас с тобой общее...»: участникам предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что их объединяет. Упражнение «Я хотел бы с тобой вместе...»: каждому участнику предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что он с ним вместе хотел бы сделать. 2. Арт-терапевтическое упражнение «Парное рисование». Группа делится по парам. Каждой паре раздается про листу бумаги, коробке красок или карандашей, фломастеров. Дается инструкция: 1 этап. Двое рисуют на листе на заданную тему (например, «Каникулы»). Разрешается разговаривать, обсуждать совместный рисунок. После завершения работ проводится обсуждение: Что помогало вам в работе? Что мешало? Как происходил процесс рисования? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым? 2 этап. Двое рисуют на листе на заданную тему (например, «Творчество»). Разговаривать в	1

		процессе рисования нельзя. После завершения работ проводится обсуждение: Как происходил процесс рисования на этот раз? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым? Как назовет картину каждый из ее создателей? 3 этап. Двое рисуют на листе на свободную тему. Разговаривать в процессе рисования нельзя. После завершения работ проводится обсуждение: Какова была тактика рисования? Как вы понимали друг друга? Кто ведущий, кто ведомый? Дайте название картине. Довольны ли вы результатом? 3.Рефлексия. Обсуждение по итогам рисования: какой вид рисования был наиболее интересным? Что было важно в работе? Где может пригодиться умение чувствовать и понимать другого человека? Ритуал прощания.	
12	Кукла из фольги	Цель: развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения. Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления.. Необходимые материалы: фольга пищевая, салфетки, листы бумаги, ручки, релаксационная музыка. Ход занятия: 1. Ритуал приветствия. Упражнение «Море волнуется раз...»: участникам предлагается на счет «три» замереть в образе какого-либо сказочного героя. Ведущий должен попытаться отгадать, какого героя изобразили ребята. 2. Арт-терапевтическое упражнение «Кукла из фольги». Каждому участнику предлагается сделать из фольги и салфеток куколку – себя. Фольга – очень гибкий и податливый материал. В качестве одежды можно использовать салфетки. После этого проводится обсуждение: Нравится ли вам получившаяся кукла? Какие ассоциации она у вас вызывает? Чем она похожа на вас? Далее участникам предлагается сочинить сказку про куклу. После этого сказки зачитываются. 3. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Ритуал прощания.	1

13	Мое дерево	Цель: развитие самосознания, самовыражение, повышение самооценки, формирование способности к эмпатии. Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе, развитие воображения, креативности, сплочение группы, создание доброжелательной атмосферы в группе. Необходимые материалы: краски, бумага, ватман, клей-карандаш, релаксационная музыка. Ход занятия: 1, Ритуал приветствия. Упражнение «Подарок по кругу»: участники по кругу дарят друг другу один и тот же подарок (невербально). В итоге сравниваются тот подарок, который дарил первый участник с тем подарком, который получил последний участник (по принципу «Сломанный телефон»). Упражнение «Подарок по кругу 2». Участники по кругу дарят соседям подарок, пытаюсь передать его смысл без слов. Адресат старается угадать, что это за подарок. Ведущий просит детей закрыть глаза и постараться увидеть лес, в котором каждый выступает в образе дерева. Можно показать движениями, как это дерево себя чувствует. Дереву радостно, когда оно не одиноко. Ребятам предлагается подойти друг к другу как можно ближе, как они сами этого захотят. Далее ребятам предлагается всем вместе создать образ сильного и могучего дерева, взявшись за руки, образовав огромный надежный ствол. Ветви тянутся вверх, переплетаясь между собой. Дерево ничего не боится. Каждому участнику предлагается на листе бумаги нарисовать образ своего дерева, а потом придумать рисунку название и историю, которую дерево хотело бы рассказать от первого лица. Обсуждение: Где бы твоему дереву хотелось бы расти? Есть ли у дерева друзья, враги? Боится ли оно чего-нибудь? Какое у него настроение? Что нужно этому дереву для радости? После этого участникам предлагается отделить образ от фона (оторвать без использования ножниц) и создать лес из изображенных деревьев, расположив рисунки на большом листе бумаги (ватмане). Каждый вправе сам решить, где ему поместить свой рисунок: в лесу, в рощице, в одиночестве. Далее каждому участнику предлагается дорисовать подарки рядом с деревьями других участников, чтобы им жилось лучше, украсить рисунок птицами, животными, другими деталями.	1
----	------------	--	---

		Рефлексия. Обсуждение занятия. Ритуал прощания.	
14	Чудеса из теста	Цель: развитие самосознания, самовыражение, проработка страхов, развитие креативности. Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, беглости, гибкости, ассоциативности мышления, творческое самовыражение. Необходимые материалы: мука, вода, соль пищевая, чашка для замешивания теста, клеенка, зубочистки, стеки. Ход занятия: 1. Ритуал приветствия. Упражнение «Изделия из теста»: ребята по кругу называют изделия, которые изготовлены из теста, не повторяясь. Упражнение «Пластилин и скульптор». Участники делятся на пары: скульптор + пластилин. Скульпторам предлагается слепить из пластилина какое-либо чувство: радость, грусть, злость, обида, любовь, восхищение и т.д. Остальные угадывают, что за чувство представлено. 2. Арт-терапевтическое упражнение «Страх из соленого теста». Ребятам предлагается приготовить тесто по следующему рецепту: смешать стакан муки, стакан соли и воду (количество по необходимости). Следующим этапом выступает «знакомство» с тестом, изучение его свойств, игра с ним. Затем детям предлагается слепить предмет, сказочного героя или животное, с которым они себя ассоциируют. Обсуждение: Что или кого ты слепил? Нравится ли тебе твоя работа? Дай характеристики своему герою. Далее детей просят слепить свой страх таким, каким они себе его представляют. Обсуждение: Что ты слепил? Задай вопросы страху письменно и ответь на них от имени страха. Что хочется сделать со своим страхом? Психолог просит трансформировать вылепленный страх таким образом, чтобы он стал не страшным, а смешным или добрым. Обсуждение: Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?	1

		3. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Ритуал прощания.	
15	Сказочные фигуры	Цель: развитие самосознания, самовыражение, проработка страхов. Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, креативности, творческое самовыражение. Необходимые материалы: фигуры из теста, вылепленные на прошлом занятии, гуашь, кисти, баночка с водой. Ход занятия: 1. Ритуал приветствия. Упражнение «Покажи цвет»: ребята должны изобразить цвет, который называет ведущий, мимикой и жестами. Упражнение «Какого цвета настроение»: ребята по кругу называют цвет своего настроения. 2. Арт-терапевтическое упражнение «Сказочные фигуры» Ребятам предлагается раскрасить фигурки (2) , которые они слепили на прошлом занятии. Проводится обсуждение: изменилось ли твое отношение к фигурам с прошлого занятия? Как именно? Далее детям необходимо сочинить сказку, в которой присутствовали бы эти две фигуры (страх и фигура, отражающая ассоциацию с собой). Сказки зачитываются. 3. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ритуал прощания.	1
16	Рисуем музыку	Цель: творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности. Задачи: снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции. Необходимые материалы: краски, кисти, альбом для рисования, музыка, передающая разные настроения. Ход занятия:	1

		1. Ритуал приветствия. Упражнение «Подарок по кругу»: дети по кругу невербально дарят подарок друг другу. Адресат должен угадать, что ему подарил сосед. Упражнение «Звуки»: Какие звуки вызывают у вас приятные ощущения? Какие вызывают страх? Какие неприятны? Какие звуки вызывают любопытство? Можно назвать или изобразить. 2. Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем музыку». Проводится беседа о музыке: Какая музыка нравится вам? Какую музыку слушаете, когда вам грустно? Когда радостно? Почему? Детям включается музыка, передающая разные настроения. После прослушивания, или во время, каждый должен нарисовать то, что ему навеяла эта музыка (настроение, впечатления, что-то конкретное или абстрактное). Обсуждение после каждой мелодии: Что ты изобразил? Почему именно это? Какие чувства у тебя вызвала мелодия? Чья еще картина похожа на твое настроение после мелодии? 3. Рефлексия. Обсуждение занятия. Ритуал прощания.	
--	--	--	--

Список литературы

1. Аметова Л.А. “Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт”. М., 2003.
2. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – В кн.: Игры, в которые играют люди. – СПб.: Лениздат, 2004
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. “Путь к волшебству, Теория и практика арт-терапии”. СПб.: Златоуст, 2005.
4. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. – М.: «Когито-Центр», 2010.
5. Короткова Л.Д. “Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста”. СПб.: Речь -2001.
6. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008.
7. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб, 2007.

Смета программы «Арт-терапия»

№	Материал	Цена	Количество	Сумма	Обоснование
Собственные средства					
1	Пластмассовые стаканчики	3-80	50 шт	190-00	
2	Растительное масло	130-00	1 л.	130-00	
3	Мука	110-00	2 кг.	220-00	
4	Крупная соль	103-00	2 кг.	203-00	
5	Листы бумаги А4	350-00	1 уп.	350-00	
6	Салфетки	350-00	1 уп.	350-00	
	Итого:			1443-00	
Запрашиваемая сумма					
1	Гуашь жидкая	310-00	5 шт.	1550-00	
2	Клей ПВА	34-00	2 шт.	68-00	
3	Ватман	60-00	5 шт.	300-00	
4	Набор для рисования Эбру	1300-00	1	1300-00	
5	Двусторонняя цветная бумага	174-00	1	174-00	
6	Клей	40-00	5-00	200-00	
7	Нитки для вязания разноцветные	32-00	5	160-00	
8	Акварель	196-00	3	588-00	
9	Кисточки	100-00	1	100-00	
10	Цветные карандаши	300-00	1	300-00	
11	Фломастеры	320-00	1	320-00	
12	Фольга пищевая	280-00	1	280-00	
13	Альбом для рисования	130-00	1	130-00	
	Итого:			5470-00	
Другие источники					
1	Кабинет, принтер				
2	Музыкальный центр				
3	Ноутбук, проектор				