

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Костинский детский сад»  
624683, Свердловская область, Алапаевский район,  
село Костино, улица Чапаева ба  
тел. 8(34346)78881, электронный адрес [sadkostino@yandex.ru](mailto:sadkostino@yandex.ru)

Принята:  
Педагогическим советом  
МДОУ «Костинский детский сад»  
Протокол №1  
«26» августа 2022г.

Утверждаю:  
Заведующая МДОУ  
«Костинский детский сад»  
Д.М.И. Гневанова  
Приказ № от 26.08.2022г.



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
художественной направленности  
по коррекции эмоционально-аффективной сферы и личностных особенностей детей  
5-7 лет с использованием метода арт-терапии

«Цветной мир»

Форма обучения – очная

Срок реализации: 9 месяцев

Автор- составитель:  
Лобова Лариса Николаевна  
педагог дополнительного образования

с. Костино, 2022г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Направленность общеобразовательной Программы «Цветной мир» - художественная.**

**Данная Программа направлена на улучшение психологического здоровья дошкольников. Программа разработана для детей 5-7 лет.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая Программа «Цветной мир» художественной направленности разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09.11.2018г. №196;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПин);

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);

### **Актуальность**

Неповторимость каждого человека не вызывает сомнений, но умение предъявить свою уникальность не сформирована ещё у детей. И чаще всего раскрыться ребёнку мешают застенчивость, неконтактность, детская агрессивность, конфликтность, тревожность. Для того чтобы ребенок мог раскрыться удивительным образом подходит метод арт-терапии. Неслучайно многие терапевтические и развивающие эффекты занятий детей с арт-терапевтом обусловлены взаимодействием ребёнка с изобразительным материалом. Такое взаимодействие оказывает стимулирующее воздействие,

развивает способность к проявлению инициатив и самостоятельности, концентрации внимания, даёт выход аффектам. Другим важнейшим фактором положительного воздействия арт-терапии на детей дошкольного возраста являются терапевтические отношения, благодаря которым ребёнок может ощутить чувство безопасности и начать выражать себя более смело, развить коммуникативные способности.

#### **Новизна программы заключается:**

Данная программа создает условия для формирования таких личностных качеств, как уверенность в себе, доброжелательное отношение к сверстникам, умение радоваться успехам товарищей, способность работать в группе и проявлять лидерские качества.

Отличительной особенностью программы является то, что на занятиях предусматривается постоянная смена видов деятельности детей, что позволяет постоянно поддерживать интерес детей на высоком уровне и вовлекать их в совместную деятельность.

Программа построена на широком использовании игровых технологий, которые способствуют систематическому формированию и поддержанию мотивации к творчеству. В психологической коррекции главным является реализация индивидуального подхода, создание условий для развития тех или иных психологических качеств каждого участника коррекционного процесса. В задачу педагога входит создать условия для полного личностного роста участника коррекционного процесса. Поэтому очень важно в коррекции использовать те виды деятельности, которые являются значимыми для участников коррекции и которые в эмоциональном плане ярко и положительно окрашены. В этом плане очень подходящим методом является арт-терапии.

#### **Педагогическая целесообразность**

Программа «Цветной мир» помогает раскрыть в детях свой внутренний мир, личностные качества. Работа строится на единых принципах с основной образовательной программой, обеспечивает целостность педагогического процесса и направлена на расширения спектра образовательных услуг, развития собственного внутреннего творческого потенциала. Детям предлагаются различные занятия художественно-прикладного характера: рисование, лепка, аппликация, работа с тканью, изготовление поделок из различных материалов и т.д.) Основным механизмом работы в арт-терапии является сублимация, некий бессознательный процесс, который проходит в два этапа: вначале ребёнок выбирает тему, а потом ищет адекватную форму выражения переживаемого эмоционального состояния. Рисунки являются своеобразной проекцией личности ребёнка, выступают средством повышения самооценки ребёнка, снятия негативного эмоционального напряжения. На основе этих принципов построена программа «Цветной мир».

**Отличием программы** от существующих программ является тот факт, что в работе может участвовать каждый, т. к. она не требует наличия

художественных навыков. Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения, что делает её особенно ценной в работе с детьми дошкольного возраста. Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей. Арт-терапия позволяет использовать работы ребёнка для оценки его состояния, является средством свободного самовыражения. Арт-терапия вызывает положительные эмоции, формирует активную жизненную позицию.

**Адресат программы** – программа предназначена для воспитанников 5-7 лет. В группе занимаются от 10 до 15 человек, так как возраст от 5 до 7 лет.

**Цель программы:** формирование и коррекция эмоционально-аффективной сферы и личностных особенностей детей дошкольного возраста.

**Задачи:**

**образовательные:**

- Развивать художественные навыки;
- Развивать внутренний потенциал и творческую активность ребёнка;
- обучать детей различным техникам рисования.

**развивающие:**

- накапливать опыт общения среди сверстников, умение работать в группе, паре;
- развивать самостоятельность и инициативу в художественной деятельности;
- развивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции, чувства;

**воспитательные:**

- воспитывать интерес к художественной деятельности и самостоятельно изображать рисунок, используя различные способы выражения;
- формировать способы эффективного взаимодействия детей со сверстниками и взрослым;
- повышать самооценку, осознание своих эмоций в окружающем мире.

**Уровень программы** – базовый, т.к. предполагает развитие компетентности обучающихся в данной образовательной области, формирование навыков на уровне практического применения.

**Объем и сроки реализации дополнительной программы**

| <b>Срок обучения</b> | <b>Количество учебных недель</b> | <b>Общее количество часов</b> | <b>Количество часов в неделю</b> |
|----------------------|----------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 9 месяцев            | 30                               | 30                            | 1                                |

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий, периодичность и продолжительность:** занятия проводятся 1 раз в неделю, во вторую половину дня.

В соответствии с нормами СанПИН продолжительность одного занятия **30-40 мин.**

Занятие проводится под четким руководством педагога.

**Объем общеразвивающей программы- Программа рассчитана на 30 часов с одной группой.**

**Максимальное число детей обучающихся в группе-15 человек**

**Формы организации – групповая, подгрупповая**

**Перечень видов занятий: комбинированные, практические, игровые.**

**Срок освоения общеобразовательной программы - 9 месяцев**

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы**

**итоговая аттестация может проводиться в следующих формах:**

- выставки работ детей
- показательные занятия
- открытые занятия

**Учебный план**

| П№ | Темы, разделы                       | Количество часов |        |          | Формы аттестации контроля                     |
|----|-------------------------------------|------------------|--------|----------|---|
|    |                                     | всего            | теория | практика |   |
| 1  | Вводное занятие                     | 1                | 1      | -        | -   |
| 2  | «Человек и его настроение»          | 2                | 1      | 1        | Педагогическое наблюдение<br>Открытое занятие |
| 3  | «Радость»                           | 4                | 2      | 2        | Выполнение творческих заданий                 |
| 4  | «Грусть»                            | 3                | 1      | 2        | Творческая деятельность                       |
| 5  | «Страх»                             | 5                | 2      | 3        | Творческая деятельность                       |
| 6  | «Удивление»                         | 3                | 1      | 2        | Практическая деятельность                     |
| 7  | «Злость»                            | 4                | 2      | 2        | Творческая деятельность                       |
| 8  | «День рождение Газетного человечка» | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность                       |
| 9  | «Дракончики»                        | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность детей                 |
| 10 | «Необитаемый остров»                | 1                | -      | 1        | Практическое задание                          |
| 11 | «Фото-галерея»                      | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность                       |
| 12 | «Волшебные превращения»             | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность                       |
| 13 | «Весёлые ладошки»                   | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность                       |
| 14 | «Наши чувства»                      | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность                       |
| 15 | «Автопортреты»                      | 1                | -      | 1        | Творческая деятельность анализ достижений     |
|    | Итого часов                         | 30               | 10     | 20       |   |

## Содержание программы

### Раздел 1. Вводное занятие

**Теория.** Знакомство с программой. Техника безопасности во время работы в группой комнате.

### Раздел 2. Человек и настроение

**Теория.** Правила организации занятий. Знакомство с видами искусства и творческого самовыражения.

**Практика.** Применение на занятии техники – музыкотерапия. Обогащение эмоционального, двигательного опыта под музыку. Передача настроения под данный музыкальный фон.

### Раздел 3. Радость

**Теория.** Техника безопасности при выполнении творческих заданий с элементами драматизации, невербального общения.

**Практика.** Выполнение упражнений для свободного самовыражения. Развивать эмоциональную отзывчивость, умение управлять эмоциями. Импровизировать, используя мимику, жесты, голос, движения. Развитие эмоциональной сферы, выражение актуальных эмоций, снятие психоэмоционального напряжения.

### Раздел 4. Грусть

**Теория.** Обучение умению рассказывать и показывать сказки. Совершенствовать навыки общения, игры в группах, парами.

**Практика.** Знакомство с техникой - сказкотерапия. Передача характеров героев, управление движениями, эмоциями. Игра голосом. Развивать фантазию, самостоятельность, творчество.

### Раздел 5. Страх

**Теория.** Правила работы с изобразительным материалом: фольга, камнипесок. Техника безопасности при работе.

**Практика.** Знакомство и изготовление работ, используя разные техники рисования. Передавать настроение в рисунке. Умение выплескивать отрицательные эмоции. Управлять своим поведением в изобразительной деятельности.

### Раздел 6. Удивление

**Теория.** Правила техники безопасности при работе с сыпучими продуктами.

**Практика.** Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Снятие напряжения. Создание ситуации успеха. Беседа об эмоции «Удивление». Графическая коллективная работа «Продолжи рисунок» (космический аппарат).  
Мотивирующее задание «Небо».  
Задание на создание ситуации успеха «Новые планеты» (техника рисование сыпучими продуктами).

## Раздел 7. Злость

**Теория.** Правила работы с пластилином и песком. Обогащение опыта детей в распознавании эмоций. Гармонизация эмоционального состояния, сенсорная стимуляция.

**Практика.** Задание на снятие эмоционального напряжения «Рисуем злость». Беседа с детьми о чувствах. Научить ребёнка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение. Мини-представление с использованием кукол.

## Раздел 8. «День рождения Газетного человечка»

**Теория.** Правила работы с бумагой. Умение управлять своими эмоциями.

**Практика.** Знакомство с разными способами обращения с газетами: комкает и обрывает для придания задуманной формы, обматывает скотчем. Задание на снятие напряжения «Фейерверк». Выполнение заданий на обозначение ценностей продуктов детского творчества.

## Раздел 9. Дракончики

**Теория.** Правила выполнения заданий в группе сверстников. Умение работать коллективно.

**Практика.** Задание на перевоплощение, самовыражение. Разукрашивание лиц в виде мордочек драконов. Этот прием предполагает достаточную степень открытости творчеству.

Коллективная работа «Дома дракончиков». Задание стимулирует групповые процессы.

## Раздел 10. Необитаемый остров

**Теория.** Правила выполнения коллективной работы. Техника безопасности при работе с песком, водой, красками.

**Практика.** Графическая коллективная работа «Волны». На общем листе мелкими дети рисуют волны, которые омывают остров. Штриховка.

Коллективная работа «Остров». Взаимодействие, выдвижение ценных идей. Задание на создание ситуации успеха. С помощью техники монотипии, которую в данном применении еще называют кляксографией, дети создают цветные образы (наносят кляксы около сгиба бумаги, складывают бумагу, проглаживают, делают оттиск), помогают друг другу найти образ, выдают множество версий.

## Раздел 11. Фото-галерея

**Теория.** Правила выполнений движений под музыку. Умение договариваться, дружно выполнять одну работу.

**Практика.** Упражнение «Необычные движения», развитие гармонии и творчества. Под музыку дети совершают движения.

Чтение сказки о художнике Краскине, развитие фантазии, самостоятельности, творчества. Рисование рамки для фотографии. Раздаются листы, на каждом нарисованы необычные линии, под музыку дети дорисовывают.

## Раздел 12. «Волшебное животное».

**Теория.** Объяснение правил выполнения задания. Пальчиковая разминка.

**Практика.** Игра «Волшебное животное» (проводится под музыкальное сопровождение). Рисование «Волшебное животное». Конкретизация нарисованного образа, придумывание названия.

## Раздел 13. Веселые ладошки

**Теория.** Правила выполнения задания. Умение управлять своими эмоциями.

**Практика.** Упражнение «Отпечаток ладошки». Взрослый предлагает детям сделать отпечатки своих ладошек, а затем дорисовать их в какой-то образ и придумать название. Выражение эмоций, познание внутреннего мира ребёнка.

## Раздел 14. Музыкальные путешествия

**Теория.** Объяснение правил выполнения движений под музыку. Привитие навыка выполнять задание под музыку.

**Практика.** Игра «тряпичные куклы», дети учатся снимать излишнее напряжение. Музыкальное путешествие на море, с помощью музыки научить ребенка навыкам расслабления и релаксации. Задание «Нарисуй свое путешествие, чтобы его запомнить», под релаксационную музыку со звуками моря дети рисуют свои рисунки. Активизируется раскрытие эмоций и закрепление полученного эмоционального опыта.

## Раздел 15. Автопортреты

**Теория.** Рефлексия, подведение итогов.

**Практика.** Диагностическое задание «Рисунок в круге». Ребята раскрашивают круги. Новые рисунки сравниваются с нарисованными раньше. Творческое задание «Автопортрет». Предлагается техника коллажа. В качестве материалов используются детские журналы, в них много фотографий и иллюстраций.

Ребята сами выбирают и вырезают для своего портрета глаза, нос, рот и любые

другие части. Приклеивают к основе, для завершения образа дорисовывают фломастерами или красками. Оформление выставки.

### **Планируемые результаты**

Дополнительное образование детей оказывает положительное влияние на осознание ребёнком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний. Создаёт предпосылки для регуляции положительных эмоциональных состояний.

Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе за счёт социального признания ценности продукта, созданного ребёнком. направлено на формирование творческих способностей

#### ***Личностные:***

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабо ориентированных на сверстников детей.
- освоение навыков преодоления коммуникативных барьеров

#### ***Метапредметные:***

##### ***1.Регулятивные***

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью педагога;
- способность к саморегуляции;
- повышение личностной ценности;

##### ***2. Познавательные***

- учиться применять различные формы творческого самовыражения;
- овладеть навыками невербального общения;
- овладеть различными изобразительными техниками рисования;

#### ***Предметные результаты:***

- формирование первоначальных представлений об различном эмоциональном состоянии человека;
- овладение способами свободного самовыражения, уверенности в своих действиях, способность самовыражаться в продуктах творчества.

### **Формы аттестации**

*Оценочные материалы.* В процессе обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Цветной мир» проводится диагностика.

*Ведущий метод диагностики - педагогическое наблюдение.*

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявления состояния эмоциональной сферы ребенка;
- проектирование индивидуальной работы;
- оценка эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает достижения детей, развитие творческого самовыражения, умения управлять своими эмоциями. Формой фиксации результатов является индивидуальная карта уровня эмоционального состояния и уровня развития творческих способностей.

*Анкетирование родителей.* Проводиться с целью определения понимания проблемы в развитии эмоциональной сферы ребенка и различных способов для ее положительного проявления.

*Беседа с детьми.* Проводиться с целью выявить степень заинтересованности детей к творческой деятельности.

### **Условия реализации программы**

Данная программа реализуется в групповой комнате. Расписание занятий составляется в соответствии с возрастными и психолого-педагогическими особенностями обучающихся, санитарными правилами и нормами.

Продолжительность занятия исчисляется в академических часах.

Продолжительность академического часа -30-40 минут. В группу записываются воспитанники 5-7 лет по заявлению родителей.

**Кадровое обеспечение** – В реализации общеобразовательной программы участвуют педагоги дополнительного образования МДОУ «Костинский детский сад». Кадровые условия соответствуют требованиям осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в образовательных организациях. Педагоги прошли профессиональную переподготовку по программе «Педагогика дополнительного образования» с присвоением квалификации «Педагог дополнительного образования детей».

### **Перечень оборудования**

#### Теоретическое (информационное оборудование)

| №                   | Оборудование           | Кол-во |
|---------------------|------------------------|--------|
| 1                   | Мультимедийная система | 1      |
| 2                   | Музыкальный центр      | 1      |
| 3                   | Доска                  | 1      |
| <b>Практические</b> |                        |        |
| №                   | Оборудование           | Кол-во |
| 1                   | Планшет                | 15     |
| 2                   | Акварель               | 15     |
| 3                   | Гуашь                  | 15     |
| 4                   | Цветные карандаши      | 15     |
| 5                   | Восковые мелки         | 15     |
| 6                   | Цветной картон         | 15     |
| 7                   | Цветная бумага         | 15     |
| 8                   | Альбом для рисования   | 15     |
| 9                   | Кисти художественные   | 15     |
| 10                  | Глина                  | 15     |

## Методические материалы

При разработке комплексов упражнений и конспектов занятий предусматривается взаимодополняемость и взаимозаменяемость. Это дает возможность решать основные воспитательные и развивающие задачи.

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический, игровой.

**Методы воспитания:** упражнения, поощрение, мотивация.

**Методы для обучения и совершенствования навыков творческого самовыражения:** (объяснение, показ, рассматривание, практические действия (изобразительные техники):

-*Марания* – это спонтанные рисунки дошкольников, выполненные в абстрактной манере, имеющие схожесть с рисунками доизобразительного периода.

-*Штриховки, каракули* – хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхности бумаги, пола, стены, мольберта и т.д. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Эта техника помогает расшевелить ребёнка, даёт почувствовать нажим карандаша или мелка, снимает напряжение перед рисованием.

-*Монотипия* – это базовая графическая техника. Она заключается в следующем. На гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, плёнке - делается рисунок гуашевой краской. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отражении.

-*Рисование на стекле.* Перед тем как предложить ребёнку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской. В отличие от рисования по бумаге стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Ребят захватывает сам процесс рисования: гуашь скользит мягко, её можно размазывать и кистью и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает. Описанный приём используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности. Подходит зажатым детям, так, как провоцирует активность.

-*Рисование пальцами* – это разрешённая игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме.

-*Рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами.* С помощью листьев, сыпучих материалов и клея ПВА можно создать изображение. На лист бумаги клеем наносится рисунок. Затем посыпается сухими листьями, растёртыми между ладонями или сыпучими материалами. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

-*Рисование предметами окружающего пространства* – использование для рисования нетипичных предметов: рисование мятой бумагой, кубиками, губками, зубными щётками, палочками, нитками, коктейльными соломками и т.д.

-*Трёхмерные изображения из газет, фольги, слюды*. Во время творческих действий с газетами и скотчем создаётся образ, вызывающий положительный отклик у ребёнка. Даже деструктивные акты разрывания, комканья, стискивания бумаги нацеливают именно на созидание нового.

**Методы психологической поддержки** (похвала, поощрение, самостоятельные действия, собственный пример педагога)

### **Технологии обучения**

1. Технология игровой деятельности

2. Здоровьесберегающие технологии

3. Технология арт-терапия (музыкотерапия, сказкотерапия, фототерапия, драмотерапия, изотерапия, работа с пластическим материалом, работа с природным материалом, песочная терапия)

**Формы организации занятия:** игра, практическое занятие, открытый показ, выставки.

**Формы организации образовательной деятельности:** занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Больше количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала.

### **Методические материалы**

1. Васькова О.Ф., Политыкина А.А. Сказкотерапия как средство развития речи детей дошкольного возраста. – СПб., 2011

2. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. – СПб., 2010

3. Короткова Л.Д. Арт-терапия для дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб., 2001

4. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. – М., 2007

5. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. – СПб., 2007

6. Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб., 2008

7. Кузуб Н.В. Осипук Э.И. В гостях у песочной феи. – СПб., 2011

8. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика. – СПб., 2003

9. Мардер Л. Цветной мир. – М., 2007

10. Микляева Н.В., Толстикова С.Н. Сказкотерапия в ДОУ и семье. – М., 2010.

11. Сучкова Н.О. Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей. – СПб., 2008.

### **Дидактические материалы**

-картотека игр, упражнений на развитие эмоциональной сферы детей

-картотека сказок

-разработка инструктажа по технике безопасности

- подбор изобразительного нетрадиционного материала
- разработка сценариев, игровых заданий

### **Литература для родителей**

- 1.Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. – СПб., 2008
2. Малахова А.Н. Небесное путешествие. Программа игротерапии для дошкольников. – СПб., 2008
3. Капская А.Ю., Мирончик Т. Л. Подарки фей. Развивающая сказкотерапия для детей.-СПб., 2006.

### **Методическое обеспечение**

#### **1. Диагностика эмоционального - личностного развития детей.**

| №<br>п/п | Название методики                              | Цель методики   |
|----------|--|---|
| 1.       | Тест тревожности (Теммл Р., Дорки М., Амен В.) | Исследовать тревожность ребёнка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций, характер его взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду. |
| 2.       | Тест «Дом-дерево-человек» (Дж. Бук)            | Выявление особенностей личностного развития детей от 3 до 7 лет.  |
| 3.       | Графическая методика «Кактус»                  | Выявление особенностей личностного развития детей   |
| 4.       | Методика Захаров А.И.                          | Выявлению тревожности и страхов.  |
| 5.       | Проективный тест Л. Дюсс «Сказка»              | Выявление эмоционально-личностных особенностей и проблем детей.   |
| 6.       | Методика «Картинки»                            | Выявить склонность ребёнка к агрессивному поведению.  |
| 7.       | Анкета для родителей                           | Выявление тревожного ребёнка  |

## Анкета по выявлению тревожного ребёнка

| №  | Ребёнок  | да | нет |
|----|--|----|-----|
| 1  | Не может долго работать не уставая                 |    |     |
| 2  | Ему трудно сосредоточиться на чём-то               |    |     |
| 3  | Любое задание вызывает излишнее беспокойство       |    |     |
| 4  | Во время выполнения заданий очень напряжён, скован |    |     |
| 5  | Смущается чаще других                              |    |     |
| 6  | Часто говорит о возможных неприятностях            |    |     |
| 7  | Как правило, краснеет в незнакомой обстановке      |    |     |
| 8  | Жалуется, что снятся страшные сны                  |    |     |
| 9  | Руки обычно холодные и влажные                     |    |     |
| 10 | Нередко бывает расстройство стула                  |    |     |
| 11 | Сильно потеет, когда волнуется.                    |    |     |
| 12 | Не обладает хорошим аппетитом                      |    |     |
| 13 | Спит беспокойно, засыпает с трудом                 |    |     |
| 14 | Пуглив, многое вызывает у него страх               |    |     |
| 15 | Обычно беспокоен, легко расстраивается             |    |     |
| 16 | Часто не может сдержать слёзы                      |    |     |
| 17 | Плохо переносит ожидание                           |    |     |
| 18 | Не любит браться за новое дело                     |    |     |
| 19 | Не уверен в себе, в своих силах                    |    |     |
| 20 | Боится сталкиваться с трудностями.                 |    |     |

## 2. Психотерапевтические сказки.

### «Чудо-кактус» (Сучкова Н.О)

На золотых песчаных просторах жил сердитый кактус. Он был таким мрачным и колючим, что вокруг него образовалась огромная невидимая преграда. И всякий, кто приближался к нему, чем его колючки, каждый раз «ойкал» от неприятных уколов. Поэтому все в округе называли кактус «Дерущаяся злючка». Из-за всех углов только и слышалось: «Ты не ходи этой дорогой, там Дерущаяся злюка». Но надо сказать, что после таких слов колючки у кактуса росли ещё больше и становились намного острее, чем были. И в тот момент, когда колючки стали совсем огромными, а солнце очень жарким, вдруг пошёл дождь. Его капли были такими большими и свежими, что все обитатели песчаных просторов стали бегать под дождём, прыгать через лужи и громко смеяться. Спустя какое-то время дождь закончился. Выглянуло солнышко и стало щекотать своими лучами обитателей песчаных просторов.... И тут один из участников такого веселья заметил, что на кактусе стали появляться красивые цветы. Тогда он пошёл к Дерущейся Злюке, стал смеяться и петь

песни. Цветов на кактусе становилось всё больше, а колючки исчезли совсем. Теперь на кактусе было много красивых ароматных цветов, а Дерущуюся Злюку все стали называть ЧУДО-КАКТУС.

### «Мишка Смешное Ушко» (Сучкова Н.О)

Жил-был весёлый и озорной Мишка Смешное Ушко. Он был таким добрым и хорошим, что все его очень любили. Вот только была одна непонятная штука: как только мишка Смешное Ушко чего-нибудь боялся, над ним появлялась серая туча и поливала его своим дождиком. И что самое удивительное, это происходило только с ним, и Мишка смешное Ушко каждый раз чувствовал себя неловко перед друзьями, смущался и прекращал улыбаться. Мишка понял, что нужно что-то делать. И вот однажды, как только ему стало страшно, он сказал, что тучка больше не будет поливать его дождиком. Он сказал это так уверенно, что тучка улыбнулась и спрятала свои дождинки. Мишка повеселел и больше никогда не боялся.

### «Котёнок Рыжик»

В одной сказочной стране жил котёнок Рыжик. Однажды он пошёл гулять и увидел в траве красивый, новый мячик. «Ой!» - вскрикнул котёнок от неожиданности. – «Какой красивый мячик, интересно, чей он». Котёнок посмотрел вокруг и даже заглянул за кусты, но никого не обнаружил. «Мне очень нравится мячик, МУР, МУР» - промурлыкал котёнок, - «пожалуй, я возьму его себе». Рыжик ушёл, и тут послышался какой-то шум и пыхтение. Появился крокодил. Он бегал, размахивал лапами, хмурил брови, скалил зубы и кричал: «Где мой мячик? Кто посмел взять мой мячик».

## 3. Упражнения-приветствия

### Приветствие «Страна настроений»

В страну настроений отправимся мы,  
Где будем смеяться, грустить, удивляться.  
С героями этой волшебной страны  
На каждом занятии будем встречаться.  
Нас ждут приключения, сказки, игра,  
Задания разные нового друга.  
Ну что, вы готовы? Тогда нам пора!  
Друг другу приветствие скажем по кругу.  
(Дети передают по кругу приветствие)

### Ритуалы начала занятия.

- Дети рассаживаются кружком на ковре или подушках. Передают по кругу мяч, называя своё имя, и здороваясь друг с другом.
- Дети рассаживаются кружком на ковре или подушках. Затем бросают друг другу мяч, и то, кто поймал мяч, называет ласковое имя, которым его называют дома.
- Дети рассаживаются кружком на ковре или подушках. Затем по кругу, передавая друг другу мяч, здороваются и говорят, что они рады друг друга видеть.

- Дети рассаживаются кружком на ковре или подушках. Затем по кругу взрослый предлагает детям поздороваться с помощью прикосновений.

#### **Ритуал окончания занятий**

- Дети рассаживаются кружком на ковре или подушках. По очереди кладут ладошки на мяч, образуя башенку. А затем все вместе кричат «До свиданья нам всем».

#### **4. Игры и задания по теме «Человек и его настроение»**

- **Графическое задание «Лучи солнца».** Взрослый предлагает детям нарисовать солнце, лучи, которого грустят, радуются, злятся, боятся. Затем среди множества пиктограмм эмоций (нарисованных на вырезанных кружочках диаметром 5 см) каждый ребёнок выбирает те, которые изображают его собственные. Пиктограммы наклеиваются на лучи.
- **Диагностическое задание «Цвета настроений».** Взрослый предлагает детям раскрасить силуэт человека теми цветами, теми красками, которыми можно передать настроение.
- **Графическое задание для совместного выполнения «Смешной рисунок».** На дверь или стену прикрепляется лист бумаги. Играющие выстраиваются в одну линию, взрослый завязывает первому глаза, подводит его к листу бумаги, даёт в руки фломастер и говорит, что сейчас все будут рисовать корову. Все по очереди подходят с завязанными глазами и дорисовывают детали.
- **Игра «Чувства в домиках»** Взрослый предлагает детям заселить чувства в домики.
- **Диагностический рисунок «Цветные домики»** Взрослый предлагает детям раскрасить домики для разных чувств.

#### **5. Игры и задания по теме «Радость»**

- **Графическое задание для совместного выполнения «Продолжи рисунок».** Взрослый предлагает детям нарисовать клоуна. Для этого есть цветные карандаши и мелки и один на всех лист бумаги. Дети рисуют по очереди.
- **Задание сюрприз.** Взрослый предлагает детям нарядиться в костюм клоуна и потанцевать под весёлую музыку.
- **Задание на создании ситуации успеха «Колпачок клоуна».** Дети получают заготовки колпачков и взрослый просит их раскрасить красками.
- **Совместное задание на выражение актуальных эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок».** Взрослый предлагает детям нарисовать рисунок про который можно сказать: «Красота»
- **Игра – упражнение «Дождик»** Дети получают по листу бумаги, и им предлагается в течение трёх минут нарвать бумаги на мелкие листочки. Затем дети по очереди подбрасывают свои капельки, стараясь, намочит как можно больше окружающих. Затем обсуждается. Какие чувства испытывают дети, когда они попадают под дождь.
- **Игра «Цветок»** Взрослый предлагает детям закрыть глаза и представить цветок, который они мог ли бы назвать своим именем. После этого дети рассказывают о том, какой цветок они видели.
- **Индивидуальное задание рисование на тему: «Цветок радости»** Взрослый предлагает детям нарисовать цветок радости.
- **Упражнение «Цвет моего настроения».** Взрослый предлагает детям закрасить лист такими цветами, какое у них настроение.
- **Графическое задание для совместного выполнения: «Смешной рисунок»** На дверь или стену прикрепляется лист бумаги. Играющие выстраиваются в одну линию, взрослый завязывает первому глаза, подводит его к листу бумаги, даёт в руки

фломастер и говорит, что сейчас все будут рисовать корову. Все по очереди подходят с завязанными глазами и дорисовывают детали.

- **Коллективная работа: «Волшебный салют».** Взрослый предлагает детям с помощью пульверизаторов с разноцветными красками нарисовать салют.

## 6. Игры и задания по теме «Грусть»

- **Графическое задание «Грустный рисунок».** Взрослый предлагает детям нарисовать что-нибудь грустное. Дети рисуют карандашами. После этого каждый рассказывает о том, что он нарисовал.
- **Задание на адаптацию в пространстве комнаты. Игра «Найди грустный предмет».** Взрослый предлагает детям найти в комнате грустные предметы или игрушки и придумать почему они грустят.
- **Диагностическое задание «Рисунок в круге».** Детям предлагается на ватмане, на котором нарисована окружность простым карандашом, нарисовать «грусть». Для рисования предлагается гуашь, акварель.
- **Задание на создание ситуации успеха «Игры с сухими листьями».**
  - «Листопад» Взрослый встаёт на стульчик и с высоты поднятой руки выпускает лист падать. Дети ловят листья.
  - «Фейерверк» Набираем в пригоршни листья и подбрасываем над головой.
  - «Рисуем листьями» Взрослый демонстрирует технику создания изображения: выдавливая из тюбика клей ПВА, наносит на лист бумаги рисунок; затем набирает сухие листья, растирает их между ладонями на мелкие частички и рассыпает над клеевым рисунком. Лишнее стряхивает. Процедура повторяется до субъективного результата. Дети дают название своему рисунку.
- **Графическое задание «Мама грустит».** Детям предлагается нарисовать, когда мама грустит.
- **«Рисуем волшебную музыку»** Взрослый включает детям грустную музыку и просит нарисовать то, что навеет музыка. После этого дети рассказывают о своём рисунке.

## 7. Игры и задания по теме «Страх»

- **Задание на выражение эмоций и преодоление страха «Рисуем страшную маску».** Взрослый предлагает детям раскрасить страшную маску, заранее заготовленную из гипса.
- **Игра «Испугай страшилку»** Взрослый предлагает детям надеть маску и испугать Страшилку.
- **Задание на отреагирование эмоций «Рисуем страхи».** Взрослый предлагает детям нарисовать свой страх.
- **Задание на снятие напряжения «Ритуал уничтожения страхов»** Взрослый предлагает детям разорвать рисунки на мелкие кусочки, засунуть их в воздушный шар, а после занятия выпустить их на улицу.
- **Упражнение «Цвет моего настроения»** Взрослый предлагает детям закрасить лист такими цветами, какое у них настроение.
- **Рисование на зеркале.** Детям предлагается нарисовать на зеркале то, что его пугает, а затем это смывается водой.
- **Индивидуальное задание «Лепим страх».** Взрослый предлагает детям слепить свой страх.
- **Коллективная работа «Строим лабиринт для непослушных страхов детей»** Затем дети на песке строят лабиринт для своего страха.

- **Игра «Проходим лабиринт»** Ребёнок любыми способами с помощью страшилки пугает свой страх. По желанию по мере прохождения лабиринта страх может уничтожаться. В итоге обычно остаётся маленький кусочек страха.
- **Рисование на стекле.** Детям предлагается нарисовать свой страх на стекле. Затем его можно стереть и на этом месте нарисовать что-нибудь радостное.

## 8. Игры и задания по теме «Удивление»

- **Индивидуальное творческое задание «Инопланетяне».** Детям предлагается создать инопланетянина. Для этого можно использовать краски или слепить из пластилина, а может быть наклеить с помощью цветной бумаги.
- **Коллективная работы «Карта звёздного неба».** Детям необходимо нанести на звёздное небо новые планеты и разместить своих инопланетян.
- **Упражнение «Рисование по точкам»** Взрослый заранее готовит схему рисунка, расставляет контурные точки. Ребёнку говорят: «Хочешь удивиться? Тогда соедини точки друг с другом по порядку». Получившийся контур предложите дорисовать, раскрасить, придумать сюжет и дать название.

## 9. Игры и задания по теме «Злость»

- **Задание на демонстрацию индивидуального восприятия.** Детям предлагается разложить рисунки на три части – на те, которые кажутся «Злыми», «Радостными» и остальными.
- **Задание на снятие эмоционального напряжения «Рисуем злость».** Детям предлагается нарисовать злость. Для этого используется техника монотипия.
- **Работа с пластическим материалом «Чудо-кактус».** После прослушивания терапевтической сказки «Чудо- кактус» ребёнок лепит кактус, протыкает его зубочистками, украшает цветами и бусинками
- **Коллективная работа «Пустыня».** Детям предлагается на песке сделать пустыню с кактусами.
- **«Здравствуй песок»** Взрослый просит нежно, а потом сильно поздороваться с песком, до есть различными способами дотронуться до песка.
- **«Песочный дождик»** Взрослый предлагает ребёнку медленно или быстро сыпать песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.
- **«Победитель злости»** Взрослый, а затем ребёнок делает из мокрого песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот. Затем ребёнок любым способом разрушает песочный шар, приговаривая волшебное заклинание: «Прогоняем злость, приглашаем радость». После этого ребёнок руками медленно выравнивает поверхность песка и оставляет на ней отпечатки своей ладони. По желанию можно украсить свои отпечатки.
- **Упражнение «Найди сердитое лицо,образи злость».** Взрослый предлагает детям найти пиктограмму «злость» среди изображений других эмоций, а затем самим показать как они умеют сердиться.
- **Игра «Сердитые львы и весёлые котята».** Помещение условно делится на две части. Дети получают обручи, раскладывают их на полу первой части помещения в свободном порядке. Затем каждый ребёнок встаёт внутрь своего обруча – «клетки». Ведущий говорит, что сейчас он с помощью волшебной музыки будет превращать детей то в сердитых львов, то в весёлых, ласковых котят. Сердитые львы живут в клетках, а ласковые котята могут гулять. Затем ведущий включает на 1-2 минуты музыку с динамичным барабанным воем – дети превращаются в сердитых львов. Затем на 2-3 минуты музыка сменяется на приятную, нежную, релаксирующую – дети

перемещаются на ковёр и превращаются в ласковых котят. Музыка меняется до трёх раз.

- **Индивидуальное задание.** Взрослый предлагает детям нарисовать чувства, которые они испытывали, когда изображали сердитых львов и ласковых котят.

#### **10. Игры и задания по теме «День рождения газетного человека»**

- **Задание на взаимодействие и самовыражение.** Взрослый демонстрирует разные способы взаимодействия с газетами. После показа происходит распределение обязанности (один делает голову, другой туловище и т.д.). психолог выступает в роли активного помощника.
- **Задание на снятие напряжения «Фейерверк».** Взрослый предлагает детям сделать фейерверк. Для этого используются коктейльные соломки. Психолог капает на лист бумаги капли разбавленные краской, дети, поднеся к ним соломки раздувают воду в разные стороны.
- **Задание на обозначение ценности продуктов детского творчества.** Детям предлагается нарисовать гостей. Дети окрашивают подушечки пальцев, ладошки и делают на листе отпечатки. Предлагается дорисовать гостей.

#### **11. Игры и задания по теме «Дракончики»**

- **Задание на перевоплощение, самовыражение.** Ребята располагаются около зеркал и на свой вкус разукрашивают лица в виде мордочек драконов. Для этого лучше подходит детский грим или акварель.
- **Коллективная работа «Дома дракончиков».** Взрослый предлагает детям нарисовать дома драконов. Детям необходимо нарисовать круги. Сначала дети рисуют круги по всей площади листа, закрашивают их, выбирая любые цвета. Затем им предлагается провести дорожки между этими «норками». Пространство между норками украшают травой, цветами, кустами и т.д.

#### **12. Игры и задания по теме «Необитаемый остров»**

- **Графическая коллективная работа «Волны».** На общем листе карандашами или мелками дети рисуют волны, которые омывают остров. Штриховка может передавать характер разных волн.
- **Коллективная работа «Остров».** Детям предлагается построить остров из песка.
- **Задание на создание ситуации успеха.** Детям предлагается украсить остров с помощью цветов, деревьев. Для этого используется техника кляксография или монотипия. Получившиеся рисунки становятся украшением острова. Взрослый и дети раскладывают рисунки по всей комнате.

#### **13. Игры и задания по теме «Весёлые ладошки»**

- **Упражнение «Отпечаток ладошки».** Взрослый предлагает детям сделать отпечатки своих ладошек, а затем дорисовать их в какой-то образ и придумать название.

#### **14. Игры и задания по теме «Автопортреты»**

- **Диагностическое задание «Рисунок в круге».** Детям предлагается раскрасить круги.
- **Творческое задание «Автопортрет».** Детям предлагается используя технику коллаж создать свои автопортреты.







**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 506007919238457772130328223527430359021468957907

Владелец Гневанова Марина Николаевна

Действителен с 02.11.2022 по 02.11.2023