

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Ягодка» города Черногорска

ПРИНЯТА:  
Педагогическим советом  
МАДОУ «Ягодка»  
Протокол № 1  
от «28» августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ «Ягодка»  
\_\_\_\_\_/М. А. Новосельцева/  
приказ № 79/1  
от «28» августа 2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественно-эстетической направленности  
«Арт-студия»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Составил:  
педагог дополнительного  
образования  
Карташева Т.В.

Черногорск, 2024г.

## Содержание:

|   |    |
|---|----|
| 1.Целевой раздел                                    |    |
| 1.1. Пояснительная записка.....                     | 3  |
| 1.2. Цели и задачи Программы.....                   | 4  |
| 1.3. Планируемые результаты освоения Программы..... | 5  |
| 1.4. Общие принципы содержания Программы .....      | 6  |
| 1.5. Характеристика основных блоков .....           | 8  |
| 2. Содержательный раздел                            |    |
| 2.1. Содержание программного материала.....         | 12 |
| 2.2. Цели и тематическое содержание блоков.....     | 14 |
| 3. Организационный раздел                           |    |
| 3.1. Структура занятий.....                         | 15 |
| 3.2. Календарно-тематическое планирование.....      | 16 |
| 3.3. Список литературы.....                         | 25 |

# 1. Целевой раздел

## 1.1. Пояснительная записка

Дошкольное образование в России в основном ориентировано на обеспечение познавательного развития ребёнка. С психологической же точки зрения, специфика развития в дошкольном возрасте заключается не столько в овладении ребенком знаний, сколько в становлении базовых свойств его личности: самооценки, эмоционально-потребностной сферы, нравственных ценностей, смыслов и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

При составлении программы, руководствовалась следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ.

2. Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. N 1441 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг".

3. Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. N 1441 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг".

4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 Санитарные правила СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

**Направленность программы:** данная программа направлена на всестороннее гармоничное развития личности ребенка через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия, самый продуктивный и незаменимый способ психологической работы с детьми.

**Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность:** содержание программы ориентировано на эмоциональное благополучие ребёнка – уверенность в себе, чувство защищённости. Новизна данной программы заключается в использовании художественного творчества как способа психологической работы с детьми. Программа является эмоционально – развивающей.

## 1.2. Цель и задачи реализуемой Программы

### **Цели программы:**

- формирование психологического здоровья детей;
- психологическая поддержка и сопровождение детей дошкольного возраста;
- привлечение детей к активной продуктивной деятельности способствующей формированию всех психических процессов.

### **Основные задачи:**

- способствовать самопознанию ребенка, осознанию своих характерных особенностей и предпочтений;
- обучать ребенка положительному самоотношению и принятию других людей;
- развивать у ребенка социальные и коммуникативные навыки поведения;
- учить ребенка выражать свою любовь;
- вырабатывать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения;
- корректировать нежелательные черты характера и поведения;
- обучать ребенка рефлексивным умениям;
- формировать у ребенка потребность в саморазвитии.

### 1.3. Планируемые результаты освоения Программы

#### *Планируемые результаты:*

- позитивные изменения в психологическом состоянии детей, позитивная картина мира и образ Я, осознание внутренних ресурсов;
- развитие моторных способностей детей, через овладение ручными многообразными операциями, влияющими на их психофизиологические функции;
- снижение эмоциональной тревожности;
- повышение самооценки;
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие самосознания;
- улучшение детско-родительских отношений;
- закрепление положительных поведенческих реакций.

*Режим занятий:* 2 раза в неделю по 25 минут.

## 1.4. Принципы содержания Программы

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.

### Принципы содержания программы:

1. **Системность:** в течение учебного года работа по программе проводится систематически, в определённый день 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 ДОУ 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.

Занятия с детьми проводятся с учётом индивидуальных особенностей детей. В занятия включены элементы: изотерапии, цветотерапии, музыкотерапии,

сказкотерапии, песочной терапии, игротерапии, что во многом повышает эффективность овладения детьми разными формами и средствами общения, открытого отношения к окружающему миру, выражению активной познавательной позиции, инициативности и независимости в суждениях, для полноценного развития эмоционального интеллекта.

## 1.5. Характеристика основных блоков

### 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.

#### **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.

## **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 правдивыми, 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.

Многие темы этого раздела для детей младшего дошкольного возраста предусматривают привлечение материала знакомых сказок. Вспоминая основные события и переживания персонажей, дети с помощью педагога смогут сопоставить их с собственным личным опытом. Это поможет им разобраться в непростых жизненных ситуациях и основных эмоциональных состояниях. Соответствующие темы предоставляют педагогам возможность побеседовать с детьми о чувстве страха и одиночества.

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.

### **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.

Необходимо отметить, что представленная на основе трех разделов структура программы рассматривается как примерная и носит рекомендательный характер, т. е. задает только основу планирования педагогического процесса. При более подробном знакомстве с программой можно заметить, что обозначенные три раздела тесно связаны между собой и их содержание постоянно перекликается. Поэтому педагог вправе варьировать программное содержание и его последовательность, при необходимости отступая от предложенной структуры.

## 2. Содержательный раздел

### 2.1. Содержание программного материала

#### Краткое описание направлений

**Изотерапия** – одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Щадящая методика такой психотерапевтической практики позволяет успешно использовать изотерапию в работе не только с взрослыми, но и с маленькими детьми.

**Цветотерапия** – метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния индивида в ходе занятий цветотерапией.

**Сказкотерапия** - психологическое консультирование с использованием сказок, метод практической психологии. Сказкотерапия разнопланово использует потенциал сказок, открывающий воображение, позволяющий метафорически выражать те или иные жизненные сценарии. В ходе сказкотерапии, сказка может использоваться по-разному. Например, специалист-психолог предлагает клиенту обсудить трактовки сказки, или придумать сказку самостоятельно, или представить себя одним из персонажей, или инсценировать сказку. Эти и другие методы сказкотерапии выбираются в зависимости от конкретной психотерапевтической ситуации.

**Музыкотерапия** – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной музыкотерапии консультируемый получает возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивной – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект. Музыкотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

**Песочная терапия** — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

**Игротерапия** — вид психотерапии, в которой специально обученный игротерапевт использует терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь взрослому или ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

## 2.2. Тематическое содержание блоков

| Название темы         | Цели  | Краткое описание направлений   |
|-----------------------|---|--|
| «Я и мой мир» -       | Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций, обсуждению предложенных тем, предоставлению обратной связи, анализу групповых ситуаций, проблем отдельных участников. | Содержание этого раздела предполагает оказание необходимой помощи каждому ребенку для преодоления его неуверенности в себе, поддержку его положительной самооценки, а также будет способствовать лучшему пониманию других людей и самого себя.   |
| «Эмоции и чувства» -  | Создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, безопасности, взаимопомощи, эмоциональной поддержки.  | 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. |
| «Социальные навыки» - | Формирование значимых групповых норм взаимодействия, развитие ценных социальных навыков, улучшение межличностных отношений.   | Темы настоящего раздела предполагают обучение детей анализу причин межличностных конфликтов и умению самостоятельно их регулировать, предотвращать ссору. Раздел предполагает также обучение нормам и правилам общения. Данный раздел призван также специально обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.  |

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Структура занятий

| Этапы работы   | Комментарий  |
|--|--|
| <b>Ритуал приветствия</b>  | Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.   |
| Разминка, упражнение, пальчиковая гимнастика– 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 психотехнических 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.  |

**Введение и “разминка” (5 минут)**

**Этап творческой работы (15 минут)**

**Этап обсуждения (5 минут)**

### 3.2. Календарно- тематическое планирование

Структурной особенностью программы является блочно-тематическое планирование содержания занятий..

#### Блок 1. Я и мой мир

| № п/п | Тема занятия  | Содержание занятия   | Срок исполнения |
|-------|---|--|-----------------|
| 1     | Волшебные краски<br>(Вводное занятие).<br>(Изотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Диагностика невербальной креативности и самооценки.</li> <li>• Сказка о красках.</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                          | С               |
| 2     | В гостях у звездочета<br>(Вводное занятие)<br>(Цветотерапия)          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Диагностика невербальной креативности и самооценки.</li> <li>• Сказка о звёздах</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                            | Е               |
| 3     | Воспоминания о лете<br>(Песочная терапия)                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Просмотр слайд-шоу «Бабочки»</li> <li>• Песочная терапия: рисуем на песке.</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                | Н               |
| 4     | Осенние превращения<br>(Изотерапия)                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Массаж ладоней шариками су-джок</li> <li>• Арт- терапевтическое упражнение-дорисовывание отпечатков ладоней</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | Т               |
| 5     | Сказка о том, как злость Олю и Толю в плен поймала<br>(Сказкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Чтение сказки про Олю и Толю</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                               | Я               |
| 6     | Кукла- берегиня<br>(Игротерапия+ куклотерапия)                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Раз, два три...»</li> <li>• Изготовление куклы из ниток</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                             | Б               |
| 7     | Загадочная картина<br>(Изотерапия)                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Арт- терапевтическое упражнение-аскрашивание по номерам.</li> <li>• Дыхательная гимнастика.</li> </ul>  | Р               |



|    |                                    |  |   |
|----|------------------------------------|--|---|
|    |                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>   |   |
| 8  | Раскраски анти-стресс              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Гости»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                             | Б |
| 9  | Монотипия (Изотерапия)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Если бы я был...»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Монотипия». Сочинение истории</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• 5. Ритуал прощания</li> </ul>          |   |
| 10 | Волшебные очки (Сказкотерапия)     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Чтение сказки «Волшебные очки»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                   | О |
| 11 | Мандала (Изотерапия)               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствие</li> <li>• Упражнение «Пальцы»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Мандала»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>   | К |
| 12 | Страна Цвета (Цветотерапия)        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Цветик – семицветик»</li> <li>• Рисование красками (самовыражение в цвете)</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                             | Т |
| 13 | Песочный дождик (Песочная терапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Веер»</li> <li>• Упражнение с песком «Песочный дождик».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                 | Я |
| 14 | Мы друзья (Изотерапия)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Я хотел бы с тобой вместе...»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Рисунок по мокрому листу»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• 5. Ритуал прощания.</li> </ul> | Б |
| 15 | Лесная школа (Сказкотерапия)       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Лесная школа» (по З. Лобановской).</li> <li>• Коллективная работа – коллаж «Гроздья рябины».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>       | Р |
| 16 | Фантазёры (Изотерапия)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «У нас с тобой общее...»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Рисунок по мокрому листу»</li> </ul>   | Б |

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
|    |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>   |  |
| 17 | Красный салют<br>(Цветотерапия)                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Ощущение цвета», «Красные пуговицы» Самовыражение в цвете (рисование гуашью или акварелью на выбор)</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>   | Н<br><br>О<br><br>Я<br><br>Б<br><br>Р<br><br>Ь |
| 18 | Парное рисование<br>(Изотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Море волнуется раз»</li> <li>• Арт - терапевтическое упражнение «Парное рисование». Сочинение истории</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> |  |
| 19 | Заяц- Забияка<br>(Сказкотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Чтение сказки «Про Зайца- Забияку»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                              |  |
| 20 | Волшебные отпечатки<br>(Песочная терапия)       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Теремок».</li> <li>• Упражнение «Отпечатки»+ дорисовка ватной палочкой</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                 |  |
| 21 | Путешествие на облаке<br>(Изотерапия)           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «пум -пум - пум»</li> <li>• Арт -терапевтическое упражнение «Путешествие на облаке»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                    |  |
| 22 | Рисуем музыку<br>(Изотерапия+<br>Музыкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Подарок по кругу» «Звуки»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем музыку»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                   |  |
| 23 | Крокодильчик<br>(Сказкотерапия)                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Крокодильчик»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                     |  |
| 24 | Раскраски- антистресс                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Семья»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                            |  |

**Блок 2. Эмоции и чувства**

| № п/п | Тема занятия | Содержание занятия | Срок исполнения |
|-------|--------------|--------------------|-----------------|
|-------|--------------|--------------------|-----------------|

|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
| 25 | Жёлтое настроение<br>(Цветотерапия)                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Ощущение цвета», «Найди все жёлтое»</li> <li>• Самовыражение в цвете (рисование гуашью или акварелью на выбор)</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | Д |
| 26 | Я- глазами других<br>(Изотерапия)                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия Приветствия</li> <li>• Упражнение «Я - глазами других»</li> <li>• Арт-терапевтическая техника «Мой портрет глазами группы»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>           | Е |
| 27 | Могучий дуб и маленький кабанчик<br>(Сказкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Могучий дуб и маленький кабанчик»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                          | К |
| 28 | Монстрики на ёлке<br>(Игротерапия+ куклотерапия)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Это я»</li> <li>• Изготовление монстриков из ниток</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>  | А |
| 29 | Наши ладошки<br>(Изотерапия)                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Чья ладонь»</li> <li>• Арт -терапевтическая техника «Наши ладошки»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>   | Б |
| 30 | Песочный ветер<br>(Песочная терапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Мы весёлые друзья»</li> <li>• Упражнение «Песочный ветер».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                       | Р |
| 31 | Сказочный лес<br>(Изотерапия)                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Объединитесь в группы»</li> <li>• Арт -терапевтическая техника «Рисунок по мокрому листу»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                      | Ь |
| 32 | Раскраски- антистресс                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Новый год»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                                 |   |
| 33 | Коричневый шоколад<br>(Изотерапия)                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Он, она, оно, они».</li> <li>• Самовыражение в цвете (Аппликация из обрезков коричневой бумаги)</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                                     |   |

|    |   |   |   |
|----|---|---|---|
| 34 | Черный тигр<br>(Сказкотерапия)                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки про Черного тигра</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>    | Я |
| 35 | Необыкновенные следы<br>(Песочная терапия)      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Пальчиковая игра «Догони»</li> <li>• Упражнение «Необыкновенные следы».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                              | Н |
| 36 | Портрет имени<br>(Изотерапия)                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Мое имя». 4.</li> <li>• Арт -терапевтическая техника «Портреты имен»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                        | В |
| 37 | Слонёнок- драчун<br>(Сказкотерапия)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки про Слонёнка драчуна</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | А |
| 38 | Чудесные превращения<br>(Изотерапия)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Чудесные превращения»</li> <li>• Арт -терапевтическая техника «Раздувание краски»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>           | Р |
| 39 | Рисуем музыку<br>(Изотерапия+<br>Музыкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Грустно- весело»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем музыку»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                  | Ь |
| 40 | Раскраски антистресс                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Новый год»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>              |   |
| 41 | Цвет настроения синий<br>(Цветотерапия)         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Что До и После».</li> <li>• Самовыражение в цвете (рисование одним цветом)</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                                       | Ф |
| 42 | Узоры на песке<br>(Песочная терапия)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Пальчиковая игра «Коза-заяц»</li> <li>• Упражнение «Узоры на песке».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                 | Е |
| 43 | Рисунок в круге<br>«Мандала»                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Солнце»</li> </ul>   |   |

|    |  |   |   |
|----|--|---|---|
|    | (Изотерапия)                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Мандала»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>  | В |
| 44 | Заяц с рюкзаком (Сказкотерапия)              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Заяц с рюкзаком»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>      | Р |
| 45 | Маски- шоу Изотерапия)                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Узнай по голосу»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Маска»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                            | А |
| 46 | Колобок (Инсценировка сказки, сказкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Колобок»</li> <li>• Проговаривание сказки по ролям с закрытыми глазами</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                    | Л |
| 47 | Маленький медвежонок (Сказкотерапия)         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Маленький медвежонок»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | Б |
| 48 | Раскраски антистресс                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>            |   |

### **Блок 3. Социальные навыки**

| № п/п | Тема занятия                   | Содержание занятия   | Срок исполнения |
|-------|--------------------------------|--|-----------------|
| 49    | Зелёный шум (Цветотерапия)     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Ощущение цвета», «Зеленая змейка».</li> <li>• Самовыражение в цвете (рисование акварелью по мокрому листу)</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | М               |
| 50    | Мой сосуд (Изотерапия)         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Наполняем сосуд»</li> <li>• Арт-терапевтическая техника «Мой сосуд»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                                       |                 |
| 51    | Грязища и Иван (Сказкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение психокоррекционной сказки «Грязь-грязища и Иван»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> </ul>  | А               |

|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
|    |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>  |   |
| 52 | Весёлые кляксы<br>(Изотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Если бы я был...»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «дорисовывание клякс». Сочинение истории</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• 5. Ритуал прощания</li> </ul>    | Р |
| 53 | Песочные строители<br>(Песочная терапия)      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Гномы строят новый дом»</li> <li>• Игра «Песочные строители».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                                 |   |
| 54 | Львёнок в школе<br>(Сказкотерапия)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Львёнок в школе»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                   |   |
| 55 | Звуки дождя<br>(Изотерапия+<br>Музыкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Звуки дождя»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем музыку»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                                     | Т |
| 56 | Раскраски антистресс                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                         |   |
| 57 | Голубая мечта<br>Цветотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Ощущение цвета», «Бескрайнее море»</li> <li>• Самовыражение в цвете (рисование акварелью по мокрому листу)</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> |   |
| 58 | Кошка Мурка<br>(Сказкотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки о кошке Мурке</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                       | А |
| 59 | Неведомый рай<br>(Музыкотерапия)              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветсиви</li> <li>• Прослушивание аудиозаписи «Океан».</li> <li>• Упражнение «Продолжи сказку».</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>   | П |
| 60 | Волшебное зеркало<br>(Изотерапия)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Зеркало»</li> <li>• Арт -терапевтическая техника «Я в</li> </ul>  |   |

|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
|    |   | <p>волшебном зеркале»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>  | Р |
| 61 | Планеты<br>(Песочная терапия)                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Планеты»</li> <li>• Рисунок на песке</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>   | Е |
| 62 | Коля и его друзья<br>(Сказкотерапия)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Коля и его друзья»</li> <li>• Рисуем сказку (свободное рисование с выбором материалов)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | Л |
| 63 | Неизведанная галактика<br>(Изотерапия)          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Если бы я был...»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Монотипия». Сочинение истории</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> | Б |
| 64 | Раскраски антистресс                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>         |   |
| 65 | Оранжевый котёнок<br>(Цветотерапия)             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Оранжевые котята»</li> <li>• Самовыражение в цвете (рисование акварелью по мокрому листу)</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>  |   |
| 66 | Мандала<br>(Изотерапия)                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствие</li> <li>• Упражнение «Пальцы»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Мандала»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                               | М |
| 67 | Верная дружба<br>(Сказкотерапия)                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Как друзья поссорились»</li> <li>• Рисуем сказку (восковыми мелками)</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                   |   |
| 68 | Теремок<br>(Инсценировка сказки, сказкотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Чтение сказки «Теремок»</li> <li>• Проговаривание сказки по ролям с закрытыми глазами</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>                 | А |
| 69 | Звуки леса<br>(Изотерапия+ Музыкотерапия)       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Звуки леса»</li> <li>• Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем музыку»</li> </ul>  |   |

|    |                                      |  |   |
|----|--------------------------------------|--|---|
|    |                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>   | Й |
| 70 | Насекомые<br>(Песочная терапия)      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия.</li> <li>• Просмотр слайд-шоу «Насекомые»</li> <li>• Песочная терапия: рисуем на песке.</li> <li>• Рефлексия.</li> <li>• Ритуал прощания.</li> </ul>                  |   |
| 71 | Путешествие капельки<br>(Изотерапия) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Упражнение «Чудесные превращения»</li> <li>• Арт -терапевтическая техника «Путешествие капельки»</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul> |   |
| 72 | Раскраски антистресс                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал приветствия</li> <li>• Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»</li> <li>• Раскрашивание с использованием музыкотерапии</li> <li>• Рефлексия</li> <li>• Ритуал прощания</li> </ul>   |   |



### 3.3. Список литературы

1. Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду», ТЦ «Сфера», М., 2003г.
2. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», Спб, «Речь», 2006г.
3. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Развивающая сказкотерапия для детей», СПб. «Речь», 2006 г.
4. Киселева М. В. «Арт-терапия в работе с детьми»: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006г.
5. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. «Арт - терапия детей и подростков». - М.: Когито - Центр, 2007.
6. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии», Спб, Речь, 2007г.
7. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Планета чудес». Развивающая сказкотерапия для детей. 224 с. обл. Речь, СПб, 2008г.
8. Лебедева Л.Д. «Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, система занятий», Спб, Речь, 2008г.
9. Моница Г.Б., Ларечина Е.В. «Игры для детей от года до трех лет», Спб, «Речь», 2008г.
10. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг», Речь, Спб, 2007 г.
11. Сакович Н.А. «Технология игры в песок – Игры на мосту», Спб, «Речь», 2008г.
12. Штейнхард Л. «Юнгианская песочная психотерапия», Спб, «Питер», 2001г.