

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №31**

Принято на заседании  
педагогического совета №2  
от 30.09.2022



Утверждаю  
И.о. директора МБОУ СОШ №31  
Лекова М.Ю.  
31.09.2022

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«АРТ-ТЕРАПИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ-ПОДРОСТКОВ»**

**Возраст детей 12 – 15 лет**

**Срок реализации программы 9 месяцев**

**Составитель программы:**

**Педагог-психолог**

**Бичилова А.В.**

**Владикавказ, 2022 г**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1.Паспорт программы.....</b>	<b>.....</b>
<b>2.Пояснительная записка.....</b>	<b>.....</b>
<b>3.Новизна.....</b>	<b>.....</b>
<b>4.Актуальность.....</b>	<b>.....</b>
<b>5.Педагогическая целесообразность.....</b>	<b>.....</b>
<b>6.Цели и задачи.....</b>	<b>.....</b>
<b>7.Возраст обучающихся.....</b>	<b>.....</b>
<b>8.Сроки реализации программы.....</b>	<b>.....</b>
<b>9.Режим занятий.....</b>	<b>.....</b>
<b>10.Форма организации занятий.....</b>	<b>.....</b>
<b>11.Методы обучения.....</b>	<b>.....</b>
<b>12.Планируемые результаты .....</b>	<b>.....</b>
<b>13.Методическое обеспечение.....</b>	<b>.....</b>
<b>14.Кадровое обеспечение.....</b>	<b>.....</b>
<b>15.Содержание программы.....</b>	<b>.....</b>
<b>16.Календарный учебный график.....</b>	<b>.....</b>
<b>17.Список литературы.....</b>	<b>.....</b>

## **1.Паспорт программы**

### **Персонифицированное дополнительное образование**

**Программа:** «Арт - терапия для детей - подростков»

**Автор - составитель программы:** Бичилова Анжелика Вячеславовна,  
педагог - психолог.

**Организация-исполнитель:** МБОУ СОШ № 31г. Владикавказа.

**Адрес:** РСО – Алания, ПГТ Заводской, ул. Эльхотовская, 40.

**Контактный телефон:**8 (867) 223 1875

**Возраст обучающихся:** 12 - 15 лет.

**Срок реализации программы:** 9 месяцев.

**Социальный статус:** обучающиеся МБОУ СОШ №31 г. Владикавказа.

**Цель программы:** развитие эмоционального интеллекта у детей - подростков, обеспечение планируемых результатов по достижению целевых установок, заданий общеобразовательной программы, повышение общих коммуникативных навыков и компетенций.

**Направленность программы:** социально-гуманитарная, психология.

**Уровень реализации:** дополнительное образование

**Способ освоения содержания программы:** творческий.

**План приема:** группа до 15 детей.

**Форма обучения:** очная.

## **2. Пояснительная записка**

Арт-терапевтические занятия в форме тренинга и трансформационных игр являются уникальной возможностью для коррекции психологических проблем детей-подростков. Бережно позволяя стимулировать способность детей-подростков к творческому, образному восприятию окружающего мира и свободному самовыражению, они помогают наполнить жизнь яркими красками. Кроме того, по утверждению ученых - нейробиологов и нейрофизиологов арт - терапевтические занятия гармонизируют работу больших полушарий головного мозга.

Занятия повышают эмоциональный интеллект подростков, позволяют раскрыть творческий потенциал и, оптимизируя работу различных отделов мозга вносят существенный вклад в онтогенез речевой функции подростка.

Ученые – медики полагают, что дети наиболее активно проявляют свои творческие способности. Поэтому важно помочь ребенку, заложить на тапе развития основы «правил игры», которые пригодятся ему во взрослой жизни, привить и сформировать у детей - подростков представление о мире человеческих эмоций, ценностей и своих личностных особенностях.

Программа разработана и основана на следующих нормативных документах:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- Приказ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный государственный стандарт основного общего образования;
- "Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России";
- Примерные требования к программам дополнительного образования (Приложение к письму Департамента молодежной политики воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006г. №06-1844);

### **3. Новизна**

Дети в школе не только осваивают общеобразовательную программу, но и чувствуют, размышляют, оценивают себя, сверстников и окружающий мир. При недостаточном внимании к эмоциональной стороне жизни подростков, а именно – подавлении эмоций и чувств, у последних могут возникать как трудности с обучением, так и проблемы эмоциональной сферы: чувство страха и обиды, тревога, депрессия, агрессия, неспособность выразить чувства, эмоции и др.

Помочь ребенку справиться с поставленными жизненными задачами и потенциальными проблемами прекрасно позволяют арт-терапевтические групповые тренинги и занятия, дающие необходимые жизненные навыки, новые когнитивно - поведенческие модели реагирования. Тренинги и трансформационные игры развивают и повышают эмоциональный интеллект подростков.

### **4. Актуальность**

Программа является уникальной возможностью интегрировать предмет Психологии в общеобразовательную программу и актуализировать вопросы самопознания и саморазвития. Программа позволит подросткам, имеющим устойчивый интерес в области психологии, получить базовые, системные, научные знания, углубиться в вопросах самоактуализации и самоопределения. Одновременно, даст возможность развить соответствующие компетенции для создания прочных, гармоничных взаимоотношений с окружающим миром.

Умение строить конструктивные, толерантные отношения, преодолевать возникающие на жизненном пути препятствия, управлять своим эмоциональным состоянием предопределяет успешность человека и силу его личности. Отсутствие этих умений и навыков подростков влекут за собой множество проблем во взрослой жизни. Беспомощность и незащищенность становятся постоянными спутниками такого человека, он терпит неудачу в межличностных отношениях и оказывается коммуникативно-некомпетентным.

Арт-терапевтические занятия для детей-подростков позволяют развивать эмоциональный интеллект ребенка, творческие способности, способствуют оптимизации деятельности различных отделов мозга и вносят существенный вклад в онтогенез функции речи. Подросток учится описывать то, что

испытывает с помощью органов чувств, реализуется стремление к творчеству, размышлению и эмоциональному выражению.

Различные психологические тренинги и трансформационные развивают у подростков чувство уверенности в своих силах и возможностях своего интеллекта. Занятия позволяют снизить у детей чувство тревоги, страха, агрессии, депрессии и необоснованное беспокойство.

## **5. Педагогическая целесообразность**

Согласно концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, современный период в российской истории и образовании — время смены ценностных ориентиров. В период смены ценностных ориентиров нарушается духовное единство общества, меняются жизненные приоритеты молодежи, происходит разрушение ценностей старшего поколения, а также деформация традиционных для страны моральных норм и нравственных установок. В российском обществе стал ощущаться недостаток сознательно принимаемых большинством граждан принципов и правил жизни, отсутствует согласие в вопросах корректного и конструктивного социального поведения, выбора жизненных ориентиров.

В ежегодных посланиях Президента России Федеральному собранию Российской Федерации подчеркнуто выделяется мысль о том, что: «Духовное единство народа и объединяющие нас моральные ценности — это такой же важный фактор развития, как политическая и экономическая стабильность... и общество лишь тогда способно ставить и решать масштабные национальные задачи, когда у него есть общая система нравственных ориентиров, когда в стране хранят уважение к родному языку, к самобытной культуре и к самобытным культурным ценностям, к памяти своих предков, к каждой странице нашей отечественной истории. Именно это национальное богатство является базой для укрепления единства и суверенитета страны, служит основой нашей повседневной жизни, фундаментом для экономических и политических отношений».

Образованию отводится ключевая роль в духовно-нравственной консолидации российского общества, его сплочении перед лицом внешних и внутренних вызовов, в укреплении социальной солидарности, в повышении уровня доверия человека к жизни в России, к согражданам, обществу, государству, настоящему и будущему своей страны.

Ценности личности формируются в семье, трудовых и других коллективах, в сфере массовой информации, искусства и отдыха. Но наиболее системно,

последовательно и глубоко духовно-нравственное развитие и воспитание личности происходит в сфере общего образования, где развитие и воспитание обеспечено всем укладом школьной жизни. Новая российская общеобразовательная школа должна стать важнейшим фактором, обеспечивающим социокультурную модернизацию российского общества.

Именно в школе должна быть сосредоточена не только интеллектуальная, но и гражданская, духовная и культурная жизнь обучающегося. Отношение к школе как единственному социальному институту, через который проходят все граждане России, является индикатором ценностного и морально-нравственного состояния общества и государства.

Ребёнок школьного возраста наиболее восприимчив к эмоционально-ценностному, духовно-нравственному развитию, гражданскому воспитанию. В то же время, недостатки развития и воспитания в этот период жизни трудно восполнить в последующие годы. Пережитое и усвоенное в детстве отличается большой психологической устойчивостью. При этом особое значение имеют следующие друг за другом переходы от детства к подростковому возрасту, а затем к юности.

Вопрос включения Психологии в школьную программу решается в нашей стране более двух десятков лет. На сегодняшний момент разработаны и апробируются несколько вариантов программ. В любом случае, очевидно, что введение Психологии в общую образовательную программу это вопрос времени.

В связи с этим, программа персонифицированного дополнительного образования по Психологии является уникальной возможностью интегрировать предмет и актуализировать вопросы изучения психологических знаний. Программа позволит подросткам, имеющим устойчивый интерес в области психологии, получить базовые, системные, научные знания, углубиться в вопросах самопознания и самоопределения, развить соответствующие компетенции для создания прочных, конструктивных взаимоотношений с окружающим миром.

В этой связи, новые психолого-педагогические программы и инструменты, интегрированные в систему образования, приобретают особое значение.

Арт-терапевтические занятия предусматривают переход от формирования у детей представления о мире человеческих эмоций и своих личностных особенностях – к развитию социальных и межличностных отношений, морально - нравственных и этических норм.

Занятия проходят в форме психологических тренингов и трансформационных игр, где ребенок учится распознавать чувства и эмоции, как свои, так и окружающих. А так же, получает возможность быть услышанным, получить поддержку, понимание и условия для построения новых когнитивно - поведенческих моделей.

## **6. Цели и задачи программы**

*Целью* реализации дополнительной персонифицированной программы является развитие и повышение эмоционального интеллекта детей – подростков; повышение общих коммуникативных навыков и умений; построение прочных и гармоничных отношений с окружающим миром; развитие устойчивых представлений о морально-нравственных и этико-культурных ценностях в социуме.

*Задачи программы – воспитательные, развивающие и корректирующие.*

Программа «Арт-терапия для детей–подростков» строится на следующих концептуальных принципах:

*Коммуникативный принцип* – позволяет строить обучение на основе общения равноправных партнеров и собеседников, даёт возможность высказывать своё мнение (при взаимном уважении), формирует коммуникативно-речевые навыки.

*Гуманистический принцип* – создание благоприятных условий для обучения всех детей, признание значимости и ценности каждого ученика: основ и принципов взаимоуважения, взаимопонимания, ответственности и пр.

*Принцип культуросообразности* – предполагает, что творчество школьников должно основываться на общечеловеческих ценностях культуры и строится в соответствии с нормами и ценностями, присущими традициям региона, в котором они живут.

*Принцип патриотической направленности* – предполагает использование эмоционально окрашенных представлений: образ эстетических явлений и предметов, действий по отношению к Отечеству, родному краю, гордость за российскую культуру.

*Принцип командности и коллективности* – даёт опыт взаимодействия с окружающими, сверстниками, создаёт условия для самопознания и самоидентификации.

*Принцип природосообразности* – предполагает, что процесс творчества школьников основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовывается с общими законами природы и человека, формирует у него ответственность индивидуальную и социальную.

*Принцип успеха* – каждый ребенок должен чувствовать успех в какой-либо сфере деятельности. Это ведет к формированию позитивной «Я-концепции» и пониманию своей уникальности.

*Принцип динамики* – предоставить ребенку возможность активного поиска и освоения объектов интереса, собственного места в творческой деятельности.

*Принцип доступности* – обучение и воспитание строится с учетом возрастных и индивидуальных возможностей подростков, без интеллектуальных, физических и моральных перегрузок.

*Принцип наглядности* – на занятиях используются различные метафорические картинки для детей-подростков, инструменты для рисования и творческой работы.

**7. Возраст обучающихся** дети – подростки 12 – 15 лет, обучающиеся МБОУ СОШ №31.

**8. Сроки реализации программы** 9 месяцев – один учебный год.

**9. Режим занятий** - занятия в группе проводятся 1 раз в неделю, во внеурочное время.

**10. Форма организации занятий**– очная, игровая.

В арт-терапевтические группы дети приходят с большим интересом к трансформационным играм и психологическим тренингам. Атмосфера занятий пробуждает в детях креативность, творческое и художественное начало. Создается благоприятное пространство для самовыражения. На этой площадке каждый подросток может свободно выразить свои способности, мысли, чувства и уникальность.

Групповая форма работы предпочтительнее для детей-подростков, они с удовольствием общаются между собой, обмениваясь мыслями, чувствами и навыками. Это возможность не только познавать себя и друг друга, но и сравнивать себя с другими, самоопределяться и самоидентифицироваться. Подростки приходят к пониманию и осмыслению, что их успешность зависит от совместной работы, от их умения строить партнерские отношения.

Основной формой учебного процесса являются арт-терапевтические тренинговые занятия и трансформационные игры. Программа рассчитана на занятия по 1 часу в неделю, общим объемом - 36 ч.

Время занятия– 40 минут.

## **11. Методы обучения**

В арт-терапевтических группах подростки имеют уникальную возможность осваивать увлекательные трансформационные игры и тренинги, приобретать бесценный опыт коммуникации, повышать эмоциональный интеллект и развивать образное, творческое мышление.

При этом дети приобретают опыт командной работы, опыт партнерства, учатся свободному самовыражению и самоопределению.

В основу программы арт-терапии положены методы, составляющие единую целостную систему - методы игры. Каждый из нас испытывает потребность в игре, и именно в игре формируются его эстетические потребности. Немецкий философ, врач, историк и теоретик искусства - Иоганн Кристоф Фридрих фон Шиллер считал: «Человек играет только тогда, когда он в полном значении слова человек, и он бывает вполне человеком лишь тогда, когда он играет».

## **12. Планируемые результаты программы**

Создание благоприятного пространства для снятия барьеров в общении подростков и установления контакта;

Создание комфортной среды для развития эмоционального интеллекта обучающихся детей-подростков;

Создание условий и возможностей для раскрытия творческих способностей детей посредством трансформационных игр и тренингов;

Выявление существующих психологических проблем у детей;

Помощь в нахождении решения, выход из сложных ситуаций в жизни подростка;

Создание гармоничных условий для формирования личности и важнейших в психике человека чувств самоидентификации и принадлежности к группе;

Создание условий и возможностей приобретения устойчивых, коммуникативных навыков для построения прочных социальных связей в социуме;

Развитие представления и понимания у детей-подростков чувства индивидуальной и социальной ответственности;

Создание условий и возможностей для безопасного формирования устойчивых представлений о принципах командной игры и коллективной работы;

### **13. Психолого-педагогический мониторинг процесса**

Текущий контроль может осуществляться с помощью тестов достижений и психодиагностических методик, совокупность которых даст представление о динамике личностного развития.

### **14. Методическое обеспечение**

Арт-терапевтические, групповые занятия и трансформационные игры проводятся в помещении, обеспечивающем свободу взаимодействия и перемещения, в условиях, где интеллектуальные и эмоциональные нагрузки на организм подростков позволяют находиться в равновесии, что помогает гармонизировать процессы роста и развития.

Тренинги и трансформационные игры по психологии дают возможность погрузиться в предмет, позволяют организовать пространство для игры, беседы и наблюдения. Занятия могут проводиться в просторном учебном классе, где мебель легко сдвигается и пространство легко трансформируется под цели и задачи занятия. Теоретические занятия могут проводиться в форме беседы, практические – в игровой форме. На занятиях по психологии используются арт – терапевтические инструменты, предназначенные для индивидуальной и групповой работы с детьми – подростками: комплекты метафорических ассоциативных картинок, бумага для рисования, цветные карандаши, краски, кисти и фломастеры.

Одежда для занятий может быть любой, главное - удобной и свободной. Дети должны комфортно себя чувствовать, выполняя любые упражнения.

## **15. Кадровое обеспечение**

Реализует программу педагог-психолог общеобразовательного учреждения. Необходимым условием является умение владеть различными формами и методами обучения; использование и апробирование специальных подходов к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; способности к организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, культурно – досуговой, учебно – воспитательной; навыки регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; умение реализовывать современные формы и методы воспитательной работы, как на занятиях, так и во внеурочной деятельности, ставить воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, независимо от их способностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их. Необходимые знания: основные этапы и закономерности возрастного развития; основные методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий; пути достижения образовательных стандартов и способы оценки результатов.

### **Календарный учебный график**

<b>Дата начала и окончания учебного периода.</b>	<b>01.09.2022-31.05.2023</b>
<b>Место проведения занятия</b>	<b>МБОУ СОШ № 31 г. Владикавказа</b>
<b>Режим занятий</b>	<b>1 раз в неделю</b>
<b>Форма занятий</b>	<b>Игровая, тренинговая, групповая</b>
<b>Количество часов</b>	<b>36</b>
<b>Сроки исполнения программы</b>	<b>С 1 по 4 семестр учебного года</b>
<b>Способ освоения содержания</b>	<b>Творческий</b>

## Учебный план

№ пп	Наименование разделов	Всего	В том числе	
			теория	практика
1.	Введение.	2	1	1
2.	Тренинг «Адаптация».	3	1	2
3.	Трансформационная игра «Препятствия и Возможности».	4	1	3
4.	Арт-терапевтическая трансформационная игра «Роботы».	9	2	7
5.	Метафорическая, ассоциативная работа с комплектом «Все в моих руках», «Сага».	10	3	7
6.	Арт-терапевтическая трансформационная игра с использованием картинок «Абстракция».	5	2	3
7.	Тренинг «Сила личности».	3	1	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>36</b>	<b>11</b>	<b>25</b>

### 16. Содержание учебного плана

*Модуль 1.* Вводное занятие.

*Модуль 2.* Тренинговое занятие «Адаптация». Выявление эмоциональных проблем и трудностей в общении у детей – подростков. Возможность более близкого знакомства участников группы.

*Модуль 3.* Трансформационная игра с использованием комплекта метафорических ассоциативных картинок «Внутренний страх» для работы с детьми по теме «Препятствия и возможности».

*Модуль 4.* Арт-терапевтическая трансформационная работа с использованием комплекта «Роботы» для коррекции психологических проблем у подростков.

*Модуль 5.* Трансформационная игра с использованием комплекта Метафорических ассоциативных картинок «Все в моих руках»; «Сага», предназначенная для работы с нарративными техниками в практической психологии.

**Модуль 6.** Арт - терапевтическая работа с использованием метафоры и ассоциации с помощью комплекта «Абстракция», создающая условия для развития образного мышления и творческого потенциала.

**Модуль 7.** Тренинг «Сила личности» с использованием комплекта метафорических ассоциативных картинок, позволяющий подросткам пройти процесс самоопределения в свете предстоящего профессионального ориентирования.

### **Список литературы:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. "Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России";
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726 – р.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 22 «Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Возрастная и педагогическая психология: Учеб.пособие для студентов пед.ин-тов./Под ред.проф.А.В.Петровского. – М., Просвещение, 1973.
6. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации / Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 128с.
7. Немов Р.С. Психология: Учебн.для студ.высш.пед.учеб.заведений: В 3 кн.- 4е изд. / Р.С. Немов – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2002.-Кн.»: Психология образования.- 608 с.
8. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся IX класса / АндрееваА.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2007.
9. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: 2001
10. Большаков В.Ю. Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры. – СПб.: 1996.
11. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. – М.: 1996.
12. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба. – М.: 1991.
13. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб.: 2002.
14. Маклаков А.Г. Общая психология: Психология в структуре современных наук. –СПб: Питер, 2008.
15. Микляева А.В. Я подросток: Программа уроков психологии (ч.1,2,3) – М.: Речь, 2003.