

**МОБУ «Барабановская средняя общеобразовательная школа»**

Утверждено на заседании педагогического совета МОБУ «Барабановская сош»

(Протокол № 1 от « 31 » 08 2018г.)

«Утверждаю»

Директор МОБУ «Барабановская сош»




/Е.И.Исаева/

«Рассмотрено»


Методическим объединением учителей-предметников, обучающихся детей с ОВЗ.

(Протокол № 1 от « 30 » 08 2018г.)

 /Е.И.Агрыzkова/

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР МОБУ «Барабановская СОШ»

 /Н.В.Гарасько/

**Предмет: Коррекционно-развивающие занятия**  
**Класс: 4**

**Адаптированная рабочая программа**

Автор-составитель: Агрыzkовой Е.И.,  
Учитель

Барабановка  
2018-2019 учебный год

**МОБУ «Барабановская средняя общеобразовательная школа»**

<p>Утверждено на заседании педагогического совета МОБУ «Барабановская сош»</p> <p>(Протокол № 1 от « 31 » 08 2018г.)</p> <p>«Утверждаю»</p> <p>Директор МОБУ «Барабановская сош»</p> <p>_____ /Т.И.Исаева/</p>	<p>«Рассмотрено»</p> <p>Методическим объединением учителей-предметников, обучающихся детей с ОВЗ.</p> <p>(Протокол № 1 от « 30 » 08 2018г.)</p> <p>_____ /Е.И.Агрыzkова/</p>	<p>«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора по УВР МОБУ «Барабановская СОШ»</p> <p>_____ /Н.В.Гарасько/</p>
--	--	---

**Адаптированная рабочая программа**

**Предмет:** Коррекционно-развивающие занятия

**Класс:** 4

Автор-состовитель: Агрыzkовой Е.И.,  
Учитель

Барабановка  
2018-2019 учебный год

## «Занимательная психология»

### Арт-терапия как средство коррекции

#### **Пояснительная записка**

Данная коррекционная программа рассчитана на детей младшего и среднего школьного возраста с нарушениями интеллекта, для эмоционального состояния которых характерно проявление повышенного уровня тревожности. Тревожность как черта личности характеризуется относительно устойчивой склонностью человека воспринимать угрозу своему «Я» в различных ситуациях и реагировать на них усилением состояния тревоги. Ее проявление в подверженности действию различных стрессоров всегда индивидуализировано: личность с выраженной тревожностью склонна воспринимать окружающий мир как несущий в себе потенциальную угрозу или опасность в значительно большей степени, чем личность с низким уровнем тревожности.

Поступление в первый класс и подростковый возраст - наиболее ответственные этапы школьного детства. Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет наибольшие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка. Полноценное проживание этих возрастов, их позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познания и деятельности. В то же время не реализация его возрастных и индивидуальных особенностей, нарушения в детско-родительских отношениях ведут за собой рост тревожности ребенка. Тревожность является индикатором психологического неблагополучия, нарушений в эмоциональном и социальном развитии растущего человека. По мере закрепления неадекватного отношения ребенка к себе, своим возможностям, неадекватность становится устойчивой чертой его отношения к миру. Все это сильно осложняет процесс интеграции ребенка в здоровое общество. Следовательно, становится очевидной необходимость своевременного оказания социально-психологической помощи данной категории детей. Исходя из этих положений, разработана данная программа с целью коррекции поведения детей с нарушениями эмоционального состояния, проявляющегося в повышенном уровне тревожности.

В основу данной коррекционной программы положены:

- теория о цветовосприятии М. Люшера (М. Люшер разработал основы функциональной психологии цветовосприятия, выявив объективный характер психологических значений различных цветов).

- коррекционная методика Дж. Аллана, основанная на восстановлении аутентичности визионерской деятельности ребенка и предполагающая использование серийного рисования, т.е. еженедельного проведения занятий рисованием в присутствии консультанта. Рисунки в сочетании с игровой инсценировкой служат средствами экстериоризации глубоких физических и психических шрамов.

Используемые в коррекционной программе приемы изодейтельности связаны с рекреацией, саморазвитием, общением, самореализацией ребенка.

**Цель** коррекционной программы - создание безопасного и защищенного эмоционального пространства для ребенка, стимулирование личностного развития школьника, развитие его эмоциональной сферы и коррекция поведенческих реакций средствами арттерапии, цветопсихологии и приемов психологии общения на основе интегрированного подхода.

**Задачами** программы являются:

1. стабилизация и гармонизация эмоционально-волевых и поведенческих компонентов личности ребенка;
2. формирование оптимистического, гуманистического, созидющего мироощущения;
3. формирование адекватных эмоциональных реакций ребенка в отношении себя, своих возможностей и окружающего мира;
4. моделирование психических явлений личности ребенка посредством позитивных эмоций и эмпатии, формирование эмоциональной отзывчивости на красоту человеческих чувств;
5. формирование у детей опыта конструктивного взаимодействия в диаде и группе и связанных с этим позитивных эмоциональных переживаний.

В плане социальной адаптации рисунки служат одним из средств, позволяющих ребенку сообщить семье о своих переживаниях.

Проективное рисование позволяет специалисту: глубже познакомиться с внутренним миром ребенка; выявить его индивидуальные и личностные особенности; более эффективно общаться с родителями ребенка.

Опыт работы показал, что дети нередко испытывают трудности при обсуждении своих тревог, страхов, но достаточно ясно изображают их на своих рисунках (А. И. Захаров). В этом случае рисунки используются для перехода к беседе. Педагог может показать рисунки родителям (при согласии ребенка), чтобы помочь им понять некоторые из внутренних проблем ребенка. Важно отметить, что динамика коррекции эмоционального состояния каждого ребенка имеет свой темп. Этот темп определяется характером психологической травмы, проблематики и силой ЭГО конкретного

ребенка. Одни дети начинают с формирования образов проблемы, другие - с формирования образов компенсации и исцеления, а третьи ограничиваются созданием стереотипных рисунков.

Эффективным средством социально-психологической реабилитации является искреннее проявление понимания и терпения к проблемам детей со стороны родителей и специалистов и их сотрудничестве.

Календарно-тематическое планирование  
по предмету занимательная психология

№	Название темы	Часы	дата	
			По плану	фактически
1.	Диагностика.	1	6.09	
2.	Диагностика.	1	7.09	
3.	Введение в мир психологии.	1	13.09	
4.	Введение в мир психологии.	1	14.09	
	<b>Я – школьник.</b>			
5.	Зачем нужно ходить в школу?	1	20.09	
6.	Зачем нужно ходить в школу?	1	21.09	
7.	Зачем нужно ходить в школу?	1	27.09	
8.	Зачем нужно ходить в школу?	1	28.09	
9.	Какие ребята в моём классе?	1	4.10	
10.	Какие ребята в моём классе?	1	5.10	
11.	Какие ребята в моём классе?	1	11.10	
12.	Какие ребята в моём классе?	1	12.10	
13.	Мои успехи в школе.	1	18.10	

14.	Мои успехи в школе.	1	19.10	
15.	Мои успехи в школе.	1	25.10	
16.	Мои успехи в школе.	1	26.10	
17.	Моя «учебная сила».	1	8.11	
18.	Диагностика.	1	9.11	
19.	Диагностика.	1	15.11	
	<i>Мои чувства.</i>			
20.	Радость. Как её доставить другому человеку.	1	16.11	
21.	Радость. Как её доставить другому человеку.	1	22.11	
22.	Радость. Как её доставить другому человеку.	1	23.11	
23.	Радость. Как её доставить другому человеку.	1	29.11	
24.	Страх.	1	30.11	
25.	Страх, его относительность.	1	6.12	
26.	Страх, его относительность.	1	7.12	
27.	Страх, и как его преодолеть.	1	13.12	
28.	Страх, и как его преодолеть.	1	14.12	
29.	Жесты.	1	20.12	

30.	Жесты.	1	21.12	
31.	Жесты.	1	27.12	
32.	Жесты.	1	28.12	
33.	Грусть.	1	10.01	
34.	Грусть.	1	11.01	
35.	Грусть.	1	17.01	
36.	Грусть.	1	18.01	
37.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	1	24.01	
38.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	1	25.01	
39.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	1	31.01	
40.	Диагностика эффективности коррекционной программы.	1	01.02	
41.	Диагностика эффективности коррекционной программы	1	7.02	
42.	Может ли гнев принести пользу?	1	8.02	
43.	Может ли гнев принести пользу?	1	14.02	
44.	Обида.	1	15.02	
45.	Обида.	1	21.02	
46.	Обида.	1	22.02	



47.	Обида.	1	28.02	
48.	Разные чувства.	1	01.03	
49.	Разные чувства.	1	07.03	
	<b>Мир Дружбы и Сотрудничества</b>			
50.	Что такое дружба?	1	08.03	
51.	Зачем нужна дружба?	1	14.03	
52.	Настоящий друг-какой он?	1	15.03	
53.	Умею ли я дружить?	1	21.03	
54.	Что мешает дружбе?	1	22.03	
55.	Меняемся ради дружбы.	1	04.04	
56.	Что такое конфликт?	1	05.04	
57.	Что такое конфликт?	1	11.04	
58.	Для чего нужен конфликт?	1	12.04	
59.	Для чего нужен конфликт?	1	18.04	
60.	Учимся разрешать конфликты.	1	19.04	
61.	Учимся разрешать конфликты.	1	25.04	
62.	Учимся разрешать конфликты.	1	26.04	

63.	Учимся разрешать конфликты.	1	02.05	
64.	Рефлексия.	1	03.05	
65.	Рефлексия.	1	09.05	
66.	Рефлексия.	1	10.05	
67.	Рефлексия.	1	16.05	
68.	Рефлексия.	1	17.05	

Каждое занятие строится по следующим блокам:

1. Блок эмоционально-личностной сферы ребенка, развитие творческого воображения.
2. Ознакомительно-организационный блок: настройка детей на занятие.
3. Терапевтико-развивающий блок: снятие психоэмоционального напряжения, коррекция.
4. Аналитико-рефлексивный блок: анализ отношений участников к занятию, к окружающим; анализ-рефлексия курса; рассмотрение перспектив на дальнейшую работу.

### Содержание

#### **ТЕМА 1**

Цель: Диагностика уровня психоэмоционального благополучия ребенка.

Методики: 1) цветопсихологический тест М. Люшера, 2) проективная рисуночная методика «Куст роз», 3) методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса, 4) методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).

#### **ТЕМА 2**

Цель: Создание доверительной атмосферы в группе.

Методы: Социально-психологические игры.

Материалы и оборудование: листы бумаги, карандаши, ручки, фломастеры, ластик, магнитофон, аудиокассеты с музыкальными записями.

1. Упражнения для первичного знакомства.

«Снежный ком». Все играющие усаживаются в круг. Ведущий объясняет условия игры: он называет свое имя, следующий игрок называет имя предыдущего игрока, а затем свое, следующий игрок называет имена двух предыдущих игроков и свое, и т.д.

Выработка ритуала приветствия и правил группы.

2. Упражнения на создание атмосферы доброжелательности и соучастия.

«Кто Я?» Каждому участнику дается карандаш и бумага и дается следующая инструкция: Напишите в столбик цифры от 1 до 10 и десять раз ответьте письменно на вопрос: «Кто Я?». Используйте характеристики, черты, интересы и чувства для описания себя, начиная каждое предложения с местоимения («Я - ...»). Каждый член группы (при желании) может прочесть свой перечень остальной группе.

«Ласковое имя». Каждый участник группы записывает свое имя на листочке бумаги. Листочки перемешиваются и возвращаются детям. Участникам игры предлагается преобразить полученное имя в ласкательную форму (например, имя Таня - Танечка, Танюша, Татьяна). Число вариантов неограниченно. Затем каждый участник зачитывает придуманные варианты. Дети оставляют себе имена, которыми бы хотели, чтобы их называли.

3. Рефлексия в форме беседы.

### **ТЕМА 3**

Цель: Стимулирование творчества и свободных цветовых ассоциаций. Формирование гуманистического и созидющего мироощущения. Снятие психоэмоционального напряжения.

Методы: Свободное рисование, тематическое рисование, релаксация по представлению.

Материалы и оборудование: бумага, карандаши, краски, ручки, фломастеры, ластик.

1. Приветствие.

Группа удобно рассаживается на полу по кругу, рядом раскладываются альбомы, карандаши, краски, фломастеры.

2. Вопросы для обсуждения (обсуждение проходит по кругу):

- Как вы думаете, существует ли язык красок и цветов, хотели бы вы изучить этот язык?

- Знаете ли вы цвета, которые произошли от разных растений, цветов и других творений природы? Назовите их (например, васильковый, сиреневый, розовый, цвет морской волны, маковый, малиновый, лиловый, лимонный, белоснежный и т.д.).

- Нарисуйте букет любых цветов, в котором бы присутствовали все ваши любимые цвета.

Ведущий предлагает участникам группы написать «цветовой» диктант. Сначала диктуются разные слова, например, жизнь, хлеб, земля, здоровье, горе, надежда, боль, встреча, восторг, которые дети записывают в столбик. Затем рядом с каждым словом ребенок рисует цветное пятно, ассоциируемое с предложенным понятием. Далее диктуются фразы: нежность утра, сияние дня, улыбка весны, загадка звезд, вечерний покой и т.д. Дети представляют, с какими цветами ассоциируются у них те или иные фразы. По завершении упражнения проходит обсуждение-анализ цветовосприятий каждого участника группы по кругу.

Вопросы для беседы:

- Есть ли такие цвета, которых вам не достает на Земле? По которым вы скучаете? Есть ли цвета, раздражающие вас, портящие вам настроение?

- Если бы вы окрашивали Землю в разные цвета, какому цвету или цветам вы бы отдали предпочтение?

Ведущий раздает листы бумаги с изображением круга, символизирующего Землю, и просит раскрасить его. Далее следует обсуждение-анализ рисунков.

Вопросы для беседы:

- Вызывает ли у вас тот или иной цвет желание помечтать?

- Могут ли цвета любить?

- Есть ли у разных цветов свои семьи? В какой «цветовой» семье вы хотели бы жить? Представьте, что вы живете в этой семье. Нарисуйте ее.

Домашнее задание: Ведущий предлагает детям взять интервью у своих родителей, о том, какие цвета они любят и почему. Снятся ли вам цветные сны? Нарисуйте один из своих цветных снов.

«Цветовой диктант»

Ведущий диктует детям разные качества (мужество, хитрость, доброта, нежность, жадность, искренность, зависть, верность и т.д.) и просит нарисовать цветное пятно, ассоциируемое с этими качествами по их мнению. Обсуждение-анализ ассоциаций по кругу.

Вопросы для обсуждения:

- Какие цвета природы радуют вас больше всего, создают для вас праздничную атмосферу?

Какие цвета ассоциируются у вас с тем или иным временем года? Нарисуйте, используя краски, осень, весну, лето или зиму. Обсуждение-анализ рисунков по кругу.

Заключительный этап тренинга - релаксация с использованием образного рассказа «Краски» В. Вакенродера. Ведущий просит детей закрыть глаза и читает им текст под спокойную музыку. После этого просит детей нарисовать свои ощущения. Групповое обсуждение-анализ рисунков по кругу.

Задание к рассказу:

- Были ли в вашей жизни мгновения, когда вы до глубины души поражались какими-либо красками природы?

Расскажите об этих моментах. Участники обмениваются своими впечатлениями по кругу.

3. Упражнение на развитие умения выражать свои искренние чувства.

«Последняя встреча». Закройте глаза и представьте, что занятия в группе закончились. Вы идете домой. Подумайте о том, что вы не сказали группе, но хотели бы сказать. Через несколько минут откройте глаза и скажите это. Заполнение рефлексивного листка.

#### **ТЕМА 4**

Цели: развитие сенсорных способностей; развитие воображения.

Методы: элементы сказкотерапии, тренинг.

Материалы: бумага формата А4; акварельные краски; кисточки; фотографии неба, солнца, моря, цветов, деревьев.

1. «Сегодня я расскажу вам одну интересную историю из жизни цветов. Но для начала давайте вспомним, а какие цвета бывают. Я назову первый, а вы будете продолжать, договорились? Итак, красный...»

«Жили-были два цвета: Жёлтый и Синий. Они не были знакомы друг с другом, и каждый считал себя самым нужным, самым красивым, самым-самым лучшим цветом! Но как-то они случайно встретились...Ой, что тут тогда началось! Каждый отчаянно пытался доказать, что именно он лучший!

Жёлтый говорил:

- Посмотри на меня! Посмотри, какой я яркий, лучистый! Я цвет солнца! Я цвет песка в летний день! Я цвет, который приносит радость и тепло!

Синий же отвечал:

- Ну, и что! А я цвет неба! Я цвет морей и океанов! Я цвет, который дарит покой!

- Нет! Всё равно я самый лучший! – спорил Жёлтый.

- Нет, лучший это я! – не сдавался Синий.

И так они спорили и спорили...Спорили и спорили...Пока не услышал их пролетающий мимо ветер! Тогда он ка-а-ак дунул! Всё кругом закружилось, перемешалось! Перемешались и эти два спорщика...Жёлтый цвет и Синий...

А, когда ветер стих, то Жёлтый и Синий увидели рядом с собой ещё один цвет – Зелёный! А тот смотрел на них и улыбался. - Друзья! – обратился он к ним. - Посмотрите, благодаря вам появился я! Цвет лугов! Цвет деревьев! Это настоящее чудо!

Жёлтый и Синий задумались на минутку, а потом улыбнулись в ответ.

- Да, ты прав! Это же действительно чудо! И мы не будем больше ссориться! Ведь каждый действительно красив и необходим по-своему! И есть небо и солнце, моря и луга, радость и умиротворение! Благодаря нам всем мир становится ярким, интересным и разноцветным!

И взявшись втроём за руки, они весело рассмеялись! Так им стало хорошо!» 2. Создание цветов. Работа в парах. Для этого один начинает рисовать своим цветом с одного края листа, и тихонько продвигаться к середине. А другой - с другого края. А когда вы встретитесь – то и получится чудо!

3. Дети рисуют общую картину, на которой присутствуют все найденные ими цвета. Придумать ей название. Отметить, как действительно здорово, что наш мир такой разноцветный, и всё в нём хорошо по-своему. Как важно жить дружно. Рефлексия.

### ***ТЕМА 5***

Цель: Моделирование психических явлений личности ребенка через эмоцию и цвет.

Методы: беседа, групповая дискуссия, релаксация по представлению, рисование пальцами.

Материалы и оборудование: флипчарт, бумага различного формата, цветные мелки, карандаши, краски.

1. Приветствие.

Группа располагается полукругом на ковре.

Упражнение на создание атмосферы доброжелательного общения и на сплочение «Мое имя». Руководитель просит рассказать каждого участника о своем имени, что оно означает, вспомнить известного или просто значимого человека, имя которого совпадает с именами участников, с каким цветом ассоциируется. Участники группы рассказывают по очереди о своих именах. В заключение упражнения ребята становятся в круг. Затем меняются местами таким образом, чтобы из цветов их имен сложилась радуга и берутся за руки.

2. Упражнение на стимулирование самопознания, на развитие умение чувствовать настроение и сопереживать окружающим. Участникам предлагается вспомнить свои собственные переживания каких-либо чувств. Перечисленные детьми чувства записываются на флипчарте. Участникам группы предлагается выбрать одно (при желании несколько) переживание и изобразить его на бумаге с помощью цветных карандашей, мелков, косметических красок. Это могут быть просто цветные пятна, линии (волнистые, зигзагообразные), а может быть просто рисунок. По завершении рисования проводится групповая дискуссия-обсуждение работ участников: какие цвета ассоциируются с негативными переживаниями, какие с позитивными.

3. Рефлексия.

### ***ТЕМА 6***

Цели: формирование представлений о себе; осознание и выражение своих чувств и эмоций.

Методы: игровой, тренинг.

Материалы: бумага разного формата; краски, кисточки; набор карандашей/фломастеров/мелков; различные географические карты.

1. Детям показываются различные географические карты.

«Перед тобой лежат различные географические карты. Как ты видишь, они нам могут рассказать о том, как располагаются материки, океаны, моря, горы; об особенностях природы; об устройстве и развитии городов; о различных народах. На карте находит отражение всё то, что смогли открыть и изучить люди. Хотя когда-то наша Земля была совсем неизведанной, люди мало чего знали о том, что их окружает.

Но всё это мир внешний. А есть ещё особый мир. Мир внутренний. У каждого человека он свой – удивительный, неповторимый, и где-то неизведанный.

Так давай с тобой создадим карты нашего внутреннего мира. Они будут похожи на карты, которые мы сегодня рассматривали, только все названия на них будут у нас особенные. Например, «океан любви», или «гора смелости». Обозначим сначала то, что уже открыли в себе, знаем. И оставим место для наших дальнейших открытий»

2. Когда карты будут готовы – устройте по ним «экскурсии» друг для друга.

При просмотре уделяется внимание:

- что преобладает на ваших картах: какие чувства, состояния, цветовая гамма;
- какой был выбран «маршрут» продвижения по карте, с какого места началось путешествие и на каком закончилась;
- какие области были оставлены для дальнейших открытий; какие хотелось бы открытия сделать;
- что было сложнее всего изобразить, а так же поделитесь и своими трудностями, если таковые были.

3. Рефлексия.

### ***ТЕМА 7***

Цели:

- Создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, взаимопомощи, эмоциональной поддержки.
- Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций.
- Обучение способам выражения своих чувств.

Методы: релаксация, свободное рисование.

Материалы: листы бумаги, краски, кисти, карандаши, ручки, мелки.

1. Релаксационные упражнения. Погружение в стадию расслабления.

2. Свободное рисование на листе бумаги, ассоциируемое с каждой частью тела ребенка.



Техника “Цветные звуки моего тела”.

3. Рефлексия.

### **ТЕМА 8**

Цель: Определение уровня эффективности предлагаемых методов для формирования у детей опыта конструктивного взаимодействия в группе.

Методы: Социально-психологические игры, наблюдение, совместная деятельность по изготовлению аппликации.

Материалы и оборудование: бумага, карандаши, клей, ножницы, картон, цветная бумага.

1. Приветствие.

Упражнение «Зеркало» для создания теплой атмосферы.

Каждый участник, смотря в зеркало, улыбается и говорит что-нибудь приятное, а затем, обратившись к остальным, желает им того же (зеркало передается по кругу).

2. Упражнение на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим «Одиночество». Подумайте о времени, когда вы были более всего в своей жизни одиноки. Постарайтесь на одну-две минуты воскресить это чувство. Потом поделитесь переживаниями друг с другом.

Примечание: это упражнение поможет углубить межличностные отношения между членами группы.

Упражнение на исследование доверия «Круг надежных рук».

Участники образуют круг лицом в центр. В центр становится один из участников группы, закрывает глаза и начинает падать назад, вперед - в любую сторону. Стоящие кругом мягко его ловят и передают напротив или по кругу так, чтобы у того, кто в центре появилось ощущение качания в колыбели или на волнах. Важно, чтобы участники создали надежный круг. В центре круга оказывается каждый по очереди. После упражнения члены группы обмениваются впечатлениями и описывают свои ощущения.

Совместная работа «Цветочная поляна». Большой лист картона оклеивается цветной бумагой, создавая поле для дальнейшего действия. Участникам предлагается выбрать любимые цвета и вырезать из цветной бумаги небольшие цветочки. Можно предложить детям самим нарисовать, раскрасить и вырезать цветы. Далее каждый ребенок наклеивает свои цветы на общее поле. Руководитель говорит: «Мы создали вместе удивительную разноцветную цветочную поляну».

Обсуждение.

3. Рефлексия. Упражнение «Ладонка» (обвести свою ладонь на листе бумаги). Передавая по кругу лист с рисунком ладонки, дети пишут добрые пожелания друг другу. Заполнение рефлексивного листка.

## **ТЕМА 9**

Цель: Снятие психоэмоционального напряжения, развитие творчества, фантазии, формирование мажорного психоэмоционального состояния.

Методы: социально-психологические игры, свободное рисование, релаксация по представлению.

Материалы и оборудование: бумага, мелки, косметические краски, краски, магнитофон, аудиокассета с записью звуков моря.

1. Приветствие.

Упражнение на формирование и развитие навыков общения.

Дети рассаживаются по кругу. Первый называет свое имя и говорит: «Я люблю ... За ним - следующий и так по кругу. Затем детям предлагается повторить имя сидящего справа соседа и сказать, что он любит.

2. Пятно-силуэт. Рисование пальцами. Теплые и холодные цвета.

Релаксация и направленное формирование образов на тему «Вода».

Вступительная беседа: Сегодня предметом нашего воображения будет вода. Что возникает в вашем сознании, когда вы думаете о воде? Включается аудиозапись со звуками моря. Дети удобно располагаются на полу, закрывают глаза. Руководитель читает текст.

По окончании чтения и небольшой паузы детям предлагается открыть глаза и нарисовать одну из картин, которые возникли в сознании. Рисовать предлагается пальцами, используя косметические краски, мелки.

Примечание: рисование пальцами обладает многими достоинствами, оно успокаивает и расслабляет. В самой технике рисования пальцами заложена возможность снятия психоэмоционального напряжения.

3. Рефлексия. Обсуждение занятия с показом рисунков.

## **ТЕМА 10**

Цель: гармонизация психоэмоционального состояния, формирование у детей умения «видения- рисования».

Материалы и оборудование: набор цветочных натюрмортов, бумага рисовальная, краски, цветные карандаши, ластик, кисти художественные.

1. Приветствие.

Упражнение «Вздохи». Все участники группы садятся по кругу. Руководитель: «Давайте посочувствуем друг другу».

Вспомните, что вас огорчает сейчас, и сформулируйте это, начиная со слов: «Как жаль, что...». Вся группа хором, начиная с тех же слов, повторяет эту фразу. И так по кругу. Обсуждение.

2. Упражнение направлено на улучшение способности детей к рисованию посредством «видения-рисования», как проникающего вглубь размышления. Оно также представляет собой хорошее средство, развивающее у детей способность к видению как таковому. Детям рекомендуется посидеть перед выбранным цветочным натюрмортом. В течение примерно 3-х минут пристально рассматривать цветы, затем попытаться нарисовать ощущения, воспоминания, возникшие во время этого упражнения. При этом предлагается использовать цвета, линии и формы. Обсуждение.

3. Рефлексия.

### ***ТЕМА 11***

Цели: Отработка навыков невербальной коммуникации, эмоциональный подход к заданной теме, развитие креативности, формирование установки на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии, повышение самооценки.

Методы: «коллаж», релаксация.

Материалы:

1. Упражнения для настроения. Расслабление.

2. Техника вербализации: “Избавление от комплекса”. Выполнение работ с помощью техники «коллаж».

3. Рефлексия

### ***ТЕМА 12***

Цель: осознание смысла сказочного события и взаимосвязь с ситуациями реальной жизни.

Материалы и оборудование: сказка, иллюстрации, бумага для рисования, цветные карандаши, ластик, краски, кисти.

1. Приветствие.

Упражнение «Одень человечка». Участникам предлагается заготовки с изображениями фигурок человека. Необходимо придумать ситуацию и соответственно ей одеть человечка.

2. Работа со сказкой. Дети садятся по кругу. Руководитель зачитывает им сказку без окончания. Затем он предлагает участникам группы придумать завершение сказки по своему усмотрению и дорисовать и раскрасить картинку-иллюстрацию к сказке. Обсуждение.

3. Рефлексия.

### ***ТЕМА 13***

Цель: Формирование умения выражать свое положительное отношение к другим людям, оказывать и принимать знаки внимания.

Методы: социально-психологические игры, совместная деятельность по созданию мозаики.

Материалы и оборудование: картон, цветная бумага, цветная гофрированная бумага, ножницы, клей ПВА, кисточки.

### 1. Приветствие.

Совместное рисование, направленное на формирование навыка коммуникаций. Дети разбиваются на пары. Каждой паре дается лист бумаги и два карандаша разного цвета. Руководитель предлагает участникам группы нарисовать совместные рисунки. Иногда возникает борьба за пространство на бумаге, и руководитель наблюдает, как решается эта проблема. Уступает ли один другому, существует ли согласие, вторгается ли один на территорию другого. Участникам дается инструкция выполнять упражнение молча. Обсуждение ощущений при выполнении упражнения.

Игра «Волшебный стул» для создания доброжелательной атмосферы в группе. Участники рассаживаются полукругом. «Волшебный» стул ставится напротив. Он высвечивает только положительные качества человека, который на него садится. Дети по очереди садятся на этот стул, а остальные называют по одному положительному качеству этого ребенка. В ответ ребенок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я ...» (повторяется сказанное ему).

2. Групповая работа по созданию мозаики из комочков гофрированной бумаги. В данной технике исполнения заложена возможность снятия психоэмоционального напряжения. Участники группы рвут бумагу на мелкие кусочки, затем скатываются в небольшие комочки, которые смазываются клеем и приклеиваются на большой лист картона. Заранее оговаривается тема аппликации. Сочетание комочков разного цвета дает возможность получить красочную и яркую картину. Обсуждение.

### 3. Рефлексия.

## ***ТЕМА 14***

Цель: Моделирование психических явлений личности ребенка через эмоцию и эмпатию, формирование эмоциональной отзывчивости на красоту человеческих чувств.

Методы: изготовление открыток методом плоскостной аппликации, рисование открыток, беседа.

Материалы: заготовки из цветного картона, плотной бумаги, цветная бумага, бисер, цветные наклейки, кружева, цветные карандаши, косметические краски, гелевые ручки, ножницы, клей-карандаш.

### 1. Приветствие.

Упражнение «Логические цепочки» на создание доброжелательной атмосферы в группе. Участники становятся в круг, у ведущего в руках мягкая игрушка. Он бросает игрушку кому-либо из стоящих в кругу и произносит любое слово,

например, «яблоко». Следующий участник - «сладкое», далее - «съели» и т.д. Каждая пара слов должна быть связана по смыслу. Игра позволяет менять смысловые направления и вносит веселое оживление.

2. Изготовление открыток. Участники группы рассаживаются за столом. Руководитель демонстрирует детям образцы изготовленных своими руками открыток. Затем предлагает детям изготовить открытки для своих близких. Просмотр и обсуждение готовых открыток.

3. Рефлексия.

### ***ТЕМА 15***

Цель: выявление эффективности коррекционной программы.

Методики: цветопсихологический тест М. Люшера, методика «Розовый куст», методика Филлипса, методика диагностики самооценки психических состояний по Р. Айзенку.

### ***ТЕМА 16***

Цель: оценка курса коррекционных занятий, совместный анализ проведенной работы.

Методы: анкетирование, беседа, свободное рисование.

Материалы: анкеты, ручки, флипчарт, цветные карандаши, фломастеры.

1. Приветствие.

Упражнение «Коллективный рисунок». На листе, закрепленном на флипчарте, каждый ребенок рисует деталь заранее выбранного сюжета (родители при этом не видят, что рисуют дети).

2. Совместное чаепитие. Свободный обмен мнениями.

3. Просмотр и обсуждение детских работ. Заполнение анкет.

### ***Знания, умения и навыки, полученные детьми в ходе реализации программы***

#### **Дети должны знать:**

- основные виды эмоционального и чувственного выражения;
- эффективные способы регуляций эмоций и выражения негативных эмоций социально приемлемыми способами;
- способы внутреннего самоконтроля и сдерживания;

- различные виды арт-терапии как средства проектирования и коррекции своего эмоционального и поведенческого состояния.

#### **Дети должны уметь:**

- выбирать элементарные, но наиболее эффективные стратегии эмоционального реагирования;
- устанавливать контакт, слушать и говорить, выражать свои чувства и эмоции, сопереживать;
- ориентироваться в школьной ситуации, знать ее особенности;
- использовать навыки нейтрального, уважительного, заинтересованного поведения и творческого мышления в разрешении конфликтных ситуаций, жизненных проблем;
- выстраивать отношения, прогнозировать межличностные ситуации;
- самостоятельно снимать эмоциональное напряжение;
  - применять разнообразные техники арт-терапии (сказкотерапия с элементами иллюстрирования, открытокотерапия, совместное рисование, пятно-силуэт, тематическое рисование).

#### **Предполагаемый результат:**

В ходе реализации программы групповые занятия с элементами арт-терапии позволят детям раскрыться, будут содействовать развитию рефлексивных способностей и способности к самоконтролю, формированию и закреплению у них адекватных, социально приемлемых способов выражения эмоциональных переживаний, расширению арсенала приемлемых способов поведения, повышению поведенческой гибкости, снятию эмоционального напряжения.

#### **Литература**

1. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности и тревожности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб.: Речь, 2006.
2. Вачков И. Методы психологического тренинга в школе. // Школьный психолог. № 47, 2004.
3. Копытин А.И. Основы арттерапии. Спб., 1999.
4. Прутченков А.С. Свет мой, зеркальце, скажи... - М.: Новая школа, 1996.
5. Романов А.А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей: альбом игровых коррекционных задач. М.: «Плейт», 2001.