

Муниципальное бюджетное учреждение города Ростова-на-Дону
«Центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи»

Рекомендовано
Методическим советом
МБУ ЦППМСП города Ростова-на-Дону
Протокол
от « 25 » 12 2023 № 3

«Утверждаю»
Директор МБУ ЦППМСП
города Ростова-на-Дону
Суханова О.В.
« 09 » 12 2024



**Коррекционно-развивающая программа
«Мастерская самовыражения»**

Адресат программы: 7-10 лет
Срок реализации: 12 часов
Разработчик: Строганова М.А.,
педагог-психолог

г. Ростов-на-Дону
2024

Пояснительная записка

Исследования социологов, психологов, психотерапевтов, касающиеся проблемных тем детства и отрочества, свидетельствуют о достаточно высоком уровне тревожности, неуверенности в себе подрастающего поколения. Дети могут болезненно переживать свою нерешительность, тревожность, мнительность, стеснительность, робость, непрактичность, стремиться уйти в «тень жизни». Поэтому так важен поиск и создание эффективных методов - психологических, психотерапевтических, педагогических, позволяющих проводить психокоррекцию и психопрофилактику указанных состояний.

Терапия творческим самовыражением (ТТС) - психотерапевтический психопрофилактический метод, способный помочь, прежде всего, детям с тягостным переживанием своей неполноценности. Сущность данного метода - в доступном преподавании психологии, характерологии, естествознания в процессе разнообразного творчества.

Программа разработана на основе следующих принципов:

- принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента;

- принцип комплексности методов психологического воздействия.

Концептуальная основа терапии творчеством состоит в следующем:

- Процесс художественного созидания – это, прежде всего, психологическая деятельность, обусловленная мотивами и имеющая определенные цели.
- В творческом процессе происходит высвобождение бессознательных комплексов, выявляются скрытые переживания, внутри- и межличностные конфликты.
- Анализ творческой продукции позволяет осознать и проработать основные проблемы.

Страхи и неудовлетворенная потребность в теплых эмоциональных отношениях, в защите и безопасности, недостаток признания и повышенная ранимость - все это, нарушая душевное равновесие тревожных детей, обуславливает их трудности в учебе и проблемы во взаимоотношениях с окружающими. Тревожность может проявляться как в повышенной агрессивности, так и в застенчивости, скованности. Признаком агрессивности является экспансивное поведение с целью захвата власти над объектом, а в последствии и с целью его разрушения: постоянное стремление к лидерству, конфликтность, склонность к соперничеству, любые протестные формы поведения, скрывающие неуверенность в своих силах, страх неудачи. Такой же страх неудачи, страх ошибиться, свойственен и застенчивым детям, стремящимся спрятаться, стать невидимыми. Они, как правило, пассивны, молчаливы и малоподвижны, медлительны и с трудом принимают решения.

Выбор арттерапевтического направления обусловлен тем, что любой творческий акт связан с активацией правополушарных функций, поскольку именно правое полушарие отвечает за целостное восприятие мира и включает в разработку маловероятные связи. Наиболее эффективная

творческая работа становится возможной тогда, когда работают и правое и левое полушария, когда логическое мышление сочетается с интуицией.

В процессе арт-терапевтического взаимодействия создаются условия для преодоления трудностей в коммуникативной деятельности детей, побуждая их к вербализации чувств и мыслей, к исследованию сходства и различий в индивидуальных и экспрессивных проявлениях, что способствует осознанию детьми своих психологических особенностей, пониманию причин своих трудностей.

Актуальность программы

Опыт свободного творческого самовыражения повышает самооценку детей, вселяет в них уверенность в свои силы и возможности.

Выявление и отреагирование скрытых переживаний способствует расширению диапазона эмоционального реагирования, развитию и укреплению недостаточно развитых навыков общения, преобразованию патогенных установок и внутриличностных конфликтов, активизации творческих возможностей личности, что в целом понижает уровень тревожности участников программы. В арттерапевтическом процессе создаются благоприятные условия для развития навыков группового общения в соответствии с нормами межличностного общения.

Нормативное обоснование разработки программы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Областной Закон Ростовской области от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области»
- Устав МБУ ЦППМСП города Ростова-на-Дону

Профиль программы: коррекционно-развивающая.

Вид программы – модифицированная. Программа разработана на основе программы «Мастерская самовыражения» (автор И.В. Вшивкова, А.В. Сидоров).

Форма реализации – очная и дистанционная.

Формы мониторинга результатов реализации программы: наблюдение, тестирование, опрос, экспертная оценка.

Цель и задачи программы

Цель программы – создание условий для формирования позитивного образа «Я» и развития творческих способностей ребенка.

Задачи программы

1. поддержание атмосферы высокой взаимной терпимости и психологической безопасности участников арт-терапевтического процесса;
2. раскрытие индивидуальных потребностей, чувств и проблем участников арт-терапевтического процесса в изобразительной и иной творческой деятельности и обсуждениях;

3. преодоление психологических защит и сопротивления, препятствующего самораскрытию;
4. постепенная коррекция имеющихся у участников нарушений поведения и эмоциональных расстройств;
5. снижение уровня тревожности и получения опыта эффективного взаимодействия с группой и отдельными людьми.

Адресат программы и принципы формирования группы

Программа рассчитана на обучающихся 7-10 лет, как с нормативно протекающим развитием, так и с особенностями здоровья.

Категории детей, которым показано участие в группе:

- дети с повышенной тревожностью, страхами, агрессивностью;
- дети с переживаниями эмоционального отвержения, чувством одиночества;
- дети, испытывающие нерешительность, неуверенных в себе,
- сензитивные дети с трудностями самовыражения.

Не рекомендуется включение в программу обучающихся со средней и тяжелой умственной отсталостью, явными формами эпилепсии, психическими заболеваниями в стадии обострения (нарушение саморегуляции, нарушение эмоционально-волевого компонента, связанного с проявлениями агрессии, выраженными эмоциональными реакциями).

Оптимальное количество детей в группе – 10-12 человек. Данное количество участников позволяет создать и сохранить атмосферу доверия и открытости, способствует сплочению группы, проявлению активности каждого участника и получению продуктивной обратной связи.

При включении в состав группы детей с особыми возможностями здоровья количество детей в группе не должно превышать 6-8 человек.

Группа обязательно должна быть гетерогенной (разнополой). Это позволит создать условия для оптимального развития групповых процессов и приобрести участникам программы более разнообразные навыки реагирования и взаимодействия.

Объем программы. Программа включает в себя 12 занятий (12 академических часов), продолжительностью 45 минут каждое. Занятия проводятся в форме мини-тренингов: 2 раза в неделю по одному занятию или 1 раз в неделю по два занятия.

Основными **формами работы по программе** являются: интерактивные игры (групповые дискуссии, психогимнастические упражнения, ролевые игры, изобразительная, театрализованная и другая творческая деятельность).

Формы проведения занятия: коллективная, фронтальная, групповая (парная) и индивидуальная (в том числе дифференцированная по трудности и по видам техники).

Программа может реализоваться как в очной форме, так и в форме дистанционного обучения.

Режим занятий с применением ДОТ: занятия проводятся 2 раза в неделю по одному занятию или 1 раз в неделю по два занятия. Продолжительность каждого занятия составляет 30 минут, с учетом перерыва 10 минут и динамической паузой, гимнастикой для глаз - 5 минут. Игры и задания по программе адаптируются под работу с использованием ПЭВМ.

Ожидаемый результат

Программу можно считать эффективной, если достигнуты поставленные задачи:

- в группе во время занятий создана положительная эмоциональная атмосфера,
- снижено психологическое напряжение, ребенок не испытывает негативные переживания (тревожность, страхи, агрессия),
- актуализированы внутренние ресурсы ребенка,
- у ребенка сформировано «позитивное отношение к своему «Я», он демонстрирует уверенное поведение,
- младший школьник осознает, какие достоинства собственного поведения помогают при общении с окружающими и какие недостатки этому общению мешают,
- младший школьник имеет представление о существовании индивидуальных особенностей своих сверстников,
- ребенок получил навыки совместной деятельности в коллективе.

Диагностика личностных особенностей ребенка и различных параметров эмоционального компонента и сферы общения проводится до начала занятий (для включения ребенка в группу) и после окончания курса программы.

Методики диагностики:

Для диагностики самооценки участников используется методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур) для обучающихся 7-8 лет и методика «Шкала самооценки» (авторы Т. В. Дембо и Я. Рубинштейн) для обучающихся 9-10 лет.

Для изучения изменений уровня адаптации к группе и актуального состояния участников используется проективная методика «Диагностика самоидентичности «Дерево» (автор Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко).

Для изменения эмоционального компонента отношений ребенка к себе, к взрослым, к учебе, к сверстникам, к сфере общения используется «Цветовой тест отношений» (автор А.М. Эткинд).

Дополнительными инструментами мониторинга динамики изменений являются: метод наблюдения, беседа, анкетирование, контрольные задания, анализ обратной связи (для обучающихся и законных представителей).

Тематический план для детей 7-8 лет

№	Название раздела,	Количество часов	Формы организации	Формы
---	-------------------	------------------	-------------------	-------

п/п	темы	всего	теория	практика	индивидуальные консультации	занятий	аттестации, диагностики, контроля
1	Кто Я? Знакомство	1	0,2	0,8		интерактивные игры (групповые дискуссии, психогимнастические упражнения, ролевые игры)	Наблюдение, беседа, контрольные задания
2	Я и моя группа. Каким меня видят другие	1	0,5	0,5			
3	Моя мандала. Раскрашивание	1	0,5	0,5			
4	Мои чувства. Страх	1	0,5	0,5			
5	Мои чувства. Гнев	1	0,5	0,5			
6	Монотипия. Развитие воображения	1	0,5	0,5			
7	Кукольный театр. Импровизация	1	0,5	0,5			
8	Карта эмоционального мира	1	0,5	0,5			
9	Пластилиновый мир	1	0,5	0,5			
10	Моя семья. Рисуем деревья	1	0,5	0,5			
11	Мой портрет в лучах солнца	1	0,5	0,5			
12	Создание группового коллажа	1	0,5	0,5	0,5		
Итого часов		12	4,2	7,3	0,5		

Учебно-тематический план для детей 9-10 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы организации занятий	Формы аттестации, диагностики, контроля
		всего	теория	практика	индивидуальные консультации		
1	Кто Я?	1	0,2	0,8		интерактивные игры (групповые дискуссии, психогимнастические упражнения, ролевые игры)	Наблюдение, беседа, контрольные задания
2	Каким меня видят другие	1	0,5	0,5			
3	Мандала моего настроения	1	0,5	0,5			
4	Мои чувства. Радость	1	0,5	0,5			
5	Мои чувства. Страх	1	0,5	0,5			
6	Мои чувства. Агрессия	1	0,5	0,5			
7	Спонтанный театр	1	0,5	0,5			
8	Наша группа. Рисуем деревья	1	0,5	0,5			
9	Карта эмоций. Построение эмоционального мира	1	0,5	0,5			

10	Пластилиновый мир	1	0,5	0,5			
11	Монотипия	1	0,5	0,5			
12	Создание группового коллажа	1	0,5	0,5	0,5		
Итого часов		12	4,2	7,3	0,5		

Содержание программы для обучающихся 7-8 лет

Тема 1. Кто Я? Знакомство

Теория: Знакомство участников с программой. Установление контакта. Развитие представлений о себе, «образа Я».

Практика: Упражнения «Имя», «Электрический ток», «Кто Я? Какой Я?».

Материалы: листы бумаги формата А4, кусочки мела, акварельные или восковые мелки, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски

Тема 2. Я и моя группа. Каким меня видят другие

Теория: Формирование сплоченности и чувства принадлежности к группе.

Практика: Упражнения «Ассоциации», «Составление правил поведения в группе», «Как себя вижу Я? Как себя видят другие?», «Какой я есть, каким меня считают другие».

Материалы: листы бумаги формата А4, 2 листа ватмана, соединенные между собой в один, клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски, музыкальный центр, музыкальные записи

Тема 3. Моя Мандала. Раскрашивание

Теория: Знакомство участников с программой. Установление контакта. Развитие представлений о себе, «образа Я».

Практика: Упражнения «Приветствие в движении», «Электрический ток», «Мандала моего настроения», «Моя личная мандала».

Материалы: бумага А4, карандаши, краски, фломастеры, техническое средство для воспроизведения музыки, записи музыкальных произведений, заготовки мандал

Тема 4. Мои чувства. Страх

Теория: Знакомство с разнообразием чувств и их нюансами

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Рисуем маски», «Актуализация эмоции страха», «Материализация страха».

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки).

Тема 5. Мои чувства. Гнев

Теория: Знакомство с разнообразием чувств и их нюансами

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Актуализация эмоции злости», «Драматическая импровизация», «Рефлексивный анализ».

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки).

Тема 6. Монотипия. Развитие воображения

Теория: Ознакомление с техникой монотипии

Практика: Упражнения «Каракули», «Чернильные пятна», «Монотипия».

Материалы: краски (гуашь, акварель), стекла (15 см. - 17 см.), глянцевая бумага того же размера, кисти, карандаши, фломастеры, шариковые ручки

Тема 7. Кукольный театр. Импровизация

Теория: Знакомство с театральной деятельностью. Видами кукол

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Выбор игрушки», «Сочини историю», «Импровизация».

Материалы: различные виды кукол.

Тема 8. Карта эмоционального мира

Теория: Выявление эмоционального потенциала личности и связанного с ним поведенческого и деятельного паттернов

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Рисуем настроение», «Мой эмоциональный мир».

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы ватмана Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски.

Тема 9. Пластилиновый мир

Теория: Развитие спонтанности в выражении чувств

Практика: Упражнения «Снежный ком», «Мой образ», «Созвучный образ», «Мой мир».

Материалы: пластилин, стеки, доски для пластилина

Тема 10. Моя семья. Рисуем деревья

Теория: Знакомство с разнообразием чувств и их нюансами

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Конверты радости и огорчений», «Моя семья», «Моя семья в виде Деревьев».

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски.

Тема 11. Мой портрет в лучах солнца

Теория: Знакомство с разнообразием чувств и их нюансами

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Мой портрет в лучах солнца», «Сочинение сказки»

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки).

Тема 12.Создание группового коллажа

Теория: Ознакомление с техникой коллажа

Практика: Упражнения «Передай эмоцию», «Мой автопортрет», «Групповой коллаж».

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки).

Содержание программы для обучающихся 9-10 лет

Тема 1.Кто Я?

Теория:Знакомство участников с программой. Установление контакта. Сплочение группы. Выработка правил группы.

Практика: Упражнения «Имя», «Электрический ток», «Кто Я? Какой Я?».

Материалы: листы бумаги формата А4, кусочки мела, акварельные или восковые мелки, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски

Тема 2.Каким меня видят другие

Теория:Составление правил поведения в группе.Понятиеличного пространства и понятие уровня притязаний.

Практика: Упражнения «Ассоциации», «Рисуем круги», «Какой я есть, каким меня видят другие»

Материалы: листы бумаги формата А4, 2 листа ватмана, соединенные между собой в один, клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски, музыкальный центр, музыкальные записи

Тема 3Мандала моего настроения

Теория:Понятие мандалы.Особенности рисования и раскрашивания мандал.

Практика:Упражнения «Давайте поздороваемся друг с другом», «Приветствие в движении», «Мандала моего настроения»

Материалы: бумага А4, карандаши, краски, фломастеры, техническое средство для воспроизведения музыки, записи музыкальных произведений, заготовки мандал.

Тема 4 Мои чувства. Радость

Теория: Чувство радости и ее внешние проявления. Формирование представлений о способах выражения чувств посредством линий

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Каракули левой рукой с закрытыми глазами», «Язык линий»,

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски

Тема 5 Мои чувства. Страх

Теория: Знакомство с разнообразием чувств и их нюансами. Создание предпосылок для взятия ответственности за свои чувства

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Каракули левой рукой с закрытыми глазами», «Рисуем маски», «Материализация страха», «Ритуальная драматизация»

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки).

Тема 6 Мои чувства. Агрессия

Теория: Чувство агрессии и ее внешние проявления. Осознание мотивов агрессивного поведения

Практика: Упражнения «Электрический ток», «Мои ощущения», «Актуализация эмоции агрессии», «Драматическая импровизация», «Анализ ситуации»

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки).

Тема 7 Спонтанный театр

Теория: Чувство злости и его внешние проявления; Различение эмоций.

Практика: Упражнения «Пчелы и змеи», «Спонтанный театр», «Релаксация».

Материалы: пальчиковые и перчаточные куклы различных персонажей и животных, техническое средство для воспроизведения музыки, записи музыкальных композиций

Тема 8.Наша группа. Рисуем деревья

Теория:Развитие чувства причастности к коллективу, доброжелательных отношений.

Практика:Упражнения «Приветствие», «Рисуем деревья», « Поиск образа посредством движений под музыку», «Рисунок Дерева», «Групповой коллаж».

Материалы: масляная пастель, восковые мелки, цветные карандаши, фломастеры, краски, гуашь – по желанию, бумага формата А4, большой лист ватмана, техническое средство для воспроизведения музыки, записи музыкальных композиций.

Тема 9.Карта эмоций. Построение эмоционального мира

Теория:Чувства. Их проявления. Отличия. Выявление эмоционального потенциала личности и связанного с ним поведенческого и деятельного паттернов

Практика: Упражнения «Передай другому», «Расслабление под музыку», «Каракули»,«Карта эмоций».

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик. Кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски.

Тема 10.Пластилиновый мир

Теория:Беседа «Наши эмоции».

Практика:Упражнения «Мое имя», «Телесный алфавит», «Я и мое настроение», «Образ человека», «Создание пластилинового мира».

Материалы: пластилин, листы картона А4, гуашь, акварель, мелки. Вербки размером 1-1,5м., нитки, кусочки ткани, бросовый материал (бусинки, ракушки, стеклышки и т.п.)

Тема 11. Монотипия

Теория: Ознакомление с техникой монотипии.

Практика: Упражнения «Приветствие», «Каракули», «Чернильные пятна», «Монотипия».

Материалы: краски (гуашь, акварель), стекла(15см.-17см.), глянцевая бумага того же размера, кисти, карандаши, фломастеры, шариковые ручки

Тема 12. Создание группового коллажа

Теория: Ознакомление с техникой коллажа. Подведение итогов

Практика: Упражнения «Визуализация», «Событие в картине», «Создание автопортрета», «Коллаж «Наша группа»

Материалы: старые журналы, газеты, цветная бумага, ножницы, клей, белая бумага формата А3 и А4, фломастеры, гуашь, карандаши, акварель, мелки

Методическое обеспечение программы

Условия реализации программы

Групповая работа должна проводиться в просторном, хорошо проветренном помещении со стульями и столами (с возможностью их перемещения). Для реализации программы необходимо следующее оснащение: доскамеловая или маркерная, магнитная доска, бумага, ручки, цветные карандаши, фломастеры, маркеры, магниты, бланки.

Занятия по программе подчинены определенным требованиям, соблюдение которых способствует повышению эффективности обучения: каждое занятие должно быть обучающим, развивающим и воспитывающим; на занятии необходимо сочетать коллективную и индивидуальную формы работы; методы и формы работы должны соответствовать уровню подготовленности учащихся.

Обязательным условием является создание необходимой предметно-развивающей среды, включающей:

- Учебно-методическое обеспечение: раздаточный материал, разработанные конспекты занятий.

- Материально-техническое обеспечение: удобная и стандартизированная по возрасту мебель, персональный компьютер с установленной платформой видеоконференций (для дистанционной формы обучения), магнитофон для прослушивания музыки, диски с аудиозаписями

- Оборудование: дидактические бланки, бланки диагностики, бумага для рисования, шариковые ручки, музыкальные инструменты: бубен, металлофон, колокольчик; приспособления для рисования: краски, гуашь, кисти, ватман, листы бумаги, валики, трубочки мелки, карандаши, ватные палочки, цветные карандаши, восковые мелки, и т.д.; природные материалы: камушки, ракушки, шишки, пластилин, стеки, доски для лепки, соус, сангина, художественный уголь

Каждое занятие идет в шесть этапов. Этапы названы условно. Их количество может варьироваться в зависимости от цели, темы, темпа работы участников.

1. Настрой (разогрев).
2. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
3. Индивидуальная изобразительная работа (разработка темы).
4. Этап вербализации (активизация вербальной и невербальной коммуникации).
5. Коллективная работа (театрализация, ритуальная драматизация).
6. Заключительный этап. Рефлексивный анализ.

Система мониторинга результатов реализации программы

Периодичность исследования: Н – начальная, Т – текущая, И – итоговая

Прогнозируемый результат	Диагностируемые параметры	Критерии оценки	Методы, формы диагностики	Периодичность исследования
в группе во время занятий создана положительная эмоциональная атмосфера	Эмоциональная атмосфера в группе	Наличие положительной эмоциональной атмосферы и доверия	Наблюдение, анкетирование	Т
снижение напряжения или освобождение ребенка от негативных переживаний (тревожности, страхов, агрессии), внутри личностных конфликтов	Распознавание своего эмоционального состояния	Наличие представлений о своих переживаниях, причинах их переживания	Наблюдение, беседа, контрольные задания, экспертная оценка	Н, Т, И
у ребенка сформировано «позитивное отношение к своему «Я», он демонстрирует уверенное поведение	Отношение к своему «Я» Уверенное поведение	Качество отношения к своему «Я» Проявление уверенности	Наблюдение	Т, И
актуализация внутренних ресурсов ребенка	Осознание своих внутренних возможностей, источников, дающих положительный настрой	Наличие ресурсных объектов	Наблюдение, беседа	Т, И
младший школьник осознает, какие достоинства собственного поведения помогают при общении с окружающими и какие недостатки этому общению мешают	Умение выражать чувства и эмоции социально приемлемым способом Осознание резервов и недостатков	Наличие умения выражать чувства и эмоции социально приемлемым способом и осознания резервов и недостатков	Наблюдение, беседа, анкетирование, контрольные задания	Н, Т, И
младший школьник имеет представление о существовании индивидуальных особенностей своих сверстников	Представления об индивидуальных особенностях	Наличие представлений об индивидуальных особенностях	Беседа, экспертные оценки	Н, И
ребенок получил навыки совместной деятельности в коллективе	Навыки совместной деятельности	Наличие конструктивных навыков совместной деятельности	Наблюдение, анкетирование, контрольные задания	Т, И

Методические рекомендации по реализации программы с применением дистанционных технологий

Программа «Мастерская самовыражения» может быть реализована как очно, так и в дистанционной форме (в период самоизоляции или в случае невозможности реализации занятий в очной форме по другим причинам, при наличии необходимых технических и организационных условий).

Переход обучающихся на дистанционное обучение производится на основании письменного заявления родителей (законных представителей).

Применение дистанционных образовательных технологий (далее по тексту - ДОТ) при необходимости может реализовываться комплексно с другими технологиями, предусмотренными Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Ведущий, по согласованию с родителями (законными представителями), определяет набор электронных платформ и ресурсов в сети Интернет, необходимых для достижения поставленных задач, корректируя расписание и продолжительность занятий с применением ДОТ для оптимальной организации взаимодействия участников образовательного процесса. Наиболее востребованными и стабильными в плане передачи данных являются Skype и Zoom, которые широко используются для видеосвязи: вебинаров, видеоконференций, а также массовых чатов. Также, каждый веб-браузер и почтовые многопользовательские сервера имеют свои встроенные видео и аудио проекты (например, Яндекс – Телемост, Гугл – Meet, Мэйл.ру – Видеозвонки и др.), которые можно использовать при реализации программы в дистанционном формате.

Продолжительность занятий на основании Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях: Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. N 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» предусматривает сокращение продолжительности занятий до 30 минут. Данное условие необходимо учитывать при построении занятий, т.к. очная форма предусматривает 45 минут, соответственно, не все упражнения могут реализоваться в должном объеме. При работе на ПЭВМ для профилактики развития утомления с детьми проводится гимнастика для глаз, физкультурные упражнения и разминки.

Родители (законные представители) создают для ребенка техническую возможность обучаться в дистанционном режиме (предоставляют оборудование - компьютер, ноутбук, обеспечивают интернет-трафик, наличие приложений и программ, выбранных для обучения).

Дистанционная форма обучения предполагает следующий режим занятий с применением ДОТ: занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятия составляет 30 минут, с учетом перерыва 10 минут и гимнастикой для глаз - 10 минут. Игры и задания по программе адаптируются под работу с использованием ПЭВМ.

Список использованной литературы

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

Дополнительная литература

1. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, системы занятий. Л.Д.Лебедева.
2. Арт-терапия в работе с детьми. М.В.Киселева.
3. Практикум по креативной терапии. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева, Т.М.Грабенко. С.-Петербург, «Речь», 2003г.
4. Актерский тренинг: теория и практика. Л.В.Грачева. С.-Петербург, «Речь», 2003г.
5. Чтобы дети были счастливы. Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста. К.Фопель.
6. Цвет и как его использовать. Уильям Ф. Пауэлл. Москва, «АСТ. Астрель», 2005г.
7. Практический курс медитации для начинающих. Шиа Грин.
8. Проблемы души нашего времени. К.Г. Юнг». «Питер», 2002г.
9. Психология детского творчества. Е.И. Никитина. С-Петербург, «Речь», 2006г.
10. Развитие правого полушария. МэрилиЗденек. «Поппури», Минск 1997г.
11. Ст. «Терапевтическая роль групповой динамики». Журнал «Московский психотерапевт», 1993, 3.
12. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. Москва. Независимая фирма «Класс», 1997г.
13. Открой в себе художника. Бетти Эдвардс. «Поппури», Минск, 2000г.
14. Художник внутри вас. Бетти Эдвардс. «Поппури», Минск, 2000г.
15. Фопель.
16. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. Л.Д.Лебедева, Ю.В.Никонорова, Н.А.Тараканова. «Речь», Санкт-Петербург, 2006г.

17. Трансперсональная арт-терапия: теория и практика. Пурнис. Н.Е. 2005г.
18. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. С.В.Гиппиус. СПб, Издательство «Речь», 2001г.
19. Баженова Л.М. «Искусство кино: осваиваем через творчество»
www.art.ioso.ru
20. Арт-терапия для детей и подростков. Копытин А.Е., Свистовская Е.Е. Москва, Когито-Центр, 2007г.