



**Муниципальное автономное
общеобразовательное
учреждение «Средняя школа № 76» г.
Красноярска**

660079, г. Красноярск, ул. 60 лет Октября, 81,
e-mail: sch76@mailkrsk.ru

Согласовано на заседании

ППк МАОУ СШ №76

Протокол № 44

От « 28 » августа 2024г.

Утверждено:

Приказ директора МАОУ СШ № 76
№ 01-04- 1085

от 30.08.2024

Директор _____ О.Н. Гурина

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности арт-терапии
«Цветной мир»
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

ФГОС УО (ИН) (Вариант 1)

5 класс

Срок реализации: 2024-2025 учебный год

Составитель:
учитель Вайника Н. В.

Красноярск, 2024

Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Программа предназначена для обучающихся с легкой умственной отсталостью. Составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Постановления главного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Адаптированной основной общеобразовательной программы для умственно отсталых детей МАОУ СШ № 76 (Вариант 1).

Рабочая программа учебного предмета арт-терапия «Цветной мир» разработана для обучающихся 5 класса с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся с ОВЗ.

Программе арт-терапия «Цветной мир» основана на комплексном подходе, имеет индивидуальную коррекционно-развивающую направленность и ориентирована на прямую передачу детям специальных умений и навыков, а также на решение задач активизации их внутреннего потенциала, повышения мотивации к различным видам художественной деятельности, развития творческой активности, формирования адекватного межличностного поведения и конструктивного общения на основе эмоционально-значимой деятельности.

Цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания, использовании арт-терапии как средства психокоррекции нарушений эмоциональных состояний обучающихся.

Задачи арт-терапии включают в себя:

- осуществлять средствами искусства коррекции и профилактики нарушений развития познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы, развития и формирования личности;
- развивать активные способы взаимодействия с культурной и социальной средой;
- развивать художественный вкус;
- создавать условия для социокультурной адаптации ребенка с нарушениями;
- адаптировать арт-терапевтические методики и использовать их при работе с детьми, имеющими нарушения слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, психики;
- выявлять особенности определения уровня эффективности арт-терапии в специальном образовательном учреждении;

- разработать арт-терапевтические технологии, необходимые для коррекции нарушений у детей-инвалидов;
- корректировать вторичные нарушения в развитии ребенка, помощь в адаптации в обществе средствами культуры и искусства;
- обеспечение средствами искусства познавательных потребностей детей с нарушенным развитием.

Преимущества **арт-терапии** перед другими формами работы

- в работе может участвовать каждый, т. к. она не требует наличия художественных навыков;

- **арт-терапия** является средством преимущественно невербального общения, что делает ее особенно ценной в работе с детьми младшего школьного возраста;

- изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей;

- она позволяет использовать работы ребенка для оценки его состояния;

- является средством свободного самовыражения;

- вызывает положительные эмоции, формирует активную жизненную позицию;

- основана на мобилизации творческого потенциала внутренних механизмов саморегуляции и исцеления.

Работать с детьми можно как в группе, так и индивидуально. Групповые и индивидуальные занятия различаются как по целям работы, так и по процедуре и приемам работы. Есть задачи, которые эффективно решаются в ходе встреч один на один – снятие эмоционального напряжения, преодоление негативизма, коррекция страхов, устранение барьеров, явившихся следствием гиперсоциализированного стиля воспитания в семье и пр. А группа сверстников дает возможность удовлетворить потребность во взаимодействии с детьми, научиться учитывать мнение других и отстаивать свое, проявлять активность, сдерживаться и пр.

Подвести ребенка к манипуляциям с красками можно несколькими способами:

- дать инструкцию: если установлен доверительный контакт, ребенку легче принять инструкцию «рисовать цветом: пятнами, мазками, линиями, брызгами и пр.», он может общаться с психологом, тем самым преодолевая неопределенность;
- показать рисунки других детей, если контакт только устанавливается и ребенок сохраняет явную тревогу, зажат. Обычно они развешены по пространству арт-комнаты или по стенам коридора рядом с комнатой. Можно сделать специальную подборку рисунков, выполненных в абстрактной манере (мазанием, штриховкой);
- дополнительный вариант – показ взрослым манеры действий с материалом или совместные действия. Психолог словно «заражает» ребенка, увлекает за собой. Вариант уместен, когда у ребенка сложились серьезные барьеры

спонтанности реакций, обусловленные ранним обучением, гиперсоциализацией;

- подобрать задания, сами собой предполагающие «свободную» манеру действий с материалами. Например, любой вариант техники монотипии или рисование на мокрой бумаге.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом ОУ внеурочной деятельности «Арт-терапия» изучается в 5 класс. Общий объём учебного времени: 34 часов (1 час в неделю):

Приемы работы: изобразительные техники

1. Марания
2. Штриховка, каракули
3. Монотипия
4. Рисунок на стекле
5. Рисование пальцами
6. Рисование сухими листьями

Тематический план занятий коррекционно-развивающей программы

«Цветной мир»

Тема, содержание занятия.

Работа с песком и манкой (8ч)

«Здравствуй, песок» – снижает психофизическое напряжение, развивает моторику пальцев.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия: прикоснись ладошкой; погладь по плечу; поздоровайся улыбкой; скажи приятные слова всем детям; воздушный поцелуй и др.)

«От чистого сердца, с любовью – здравствуйте!».

Создание доверительной обстановки. Упражнение «Знакомство». Правило: подружись с песком.

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Здравствуй, песок», «Песочный дождик», «Песочный ветер». Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками.

Этап вербализации: «Сказка о том, как мы подружились...».

Ритуал окончания занятия – «Похвали себя за работу»

«Необыкновенные следы» – развивает тактильную чувствительность, воображение.

Ритуал начала занятия (улыбнись всем ребятам, пожелай хорошего настроения).

Создание доверительной обстановки. Упражнение «пальчиковая гимнастика».

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Здравствуй, песок", "Необыкновенные следы", "Узоры на песке".

Индивидуальная работа с песком и "бросовым" материалом (пуговицы, бусинки, трафареты и др.).

Этап вербализации: "Песочный круг" (использование техники активного воображения).

Ритуал окончания занятия – рефлексия

«Царство песчаных человечков» – снимает эмоциональное напряжение, развивает тактильную чувствительность, образное мышление. Ритуал начала занятия. "Здороваемся пальчиками, локтями, спинками".

Создание доверительной обстановки: Упражнение "Кричалки", "Песочный дождик".

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Приход песчаного человечка, "Здравствуй, песок", "Игры волшебника", "Секретное задание кротов".

Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками: "Песочные прятки", "Кто спрятался".

Этап вербализации: "Сказка о песчаных человечках".

Ритуал окончания занятия – рефлексия. "Выставка песчаных человечков"

"Радость" – работа с цветной манкой; развивает эмоции, коммуникативные навыки, творческое воображение.

Ритуал начала занятия "Круг".

Создание доверительной обстановки: Упражнение "Знакомство" (о чем расскажет цвет?).

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Игры волшебника", "Краски моего настроения", проговаривание своих чувств.

Индивидуальная работа с цветной манкой.

Этап вербализации: "Моя радость!".

Ритуал окончания занятия – "Радуетесь вместе!"

"Нарисованная сказка" – работа с цветной манкой; создает положительный эмоциональный фон, атмосферу доверия, развивает коммуникативные навыки, творческое воображение.

Ритуал начала занятия "Круг".

Создание доверительной обстановки: упражнения "Знакомство", "Волшебные краски".

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Игры волшебника",

"Краски моего настроения".

Индивидуальная работа с цветной манкой "Сказочный друг".

Коллективная работа с цветной манкой "Полянка для сказочных друзей".

Этап вербализации: "Нарисованная сказка" (метод преобразования).

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

Краски, карандаши, пластилин (9ч)

"Новогодние эмоции" – расширяет представления детей о чувствах; помогает соотносить цветовую гамму с образом, показывает художественные приемы изображения определенных эмоций и чувств.

Ритуал начала занятия "Новогодние пожелания друзьям".

Создание доверительной обстановки: упражнения "Передай настроение", "Четыре стихии".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Новогодние краски", "Музыка зимнего леса", "Танец радости", "Краски моего настроения".

Коллективная работа с красками.

Этап вербализации: драматизация "В стране новогодних эмоций".

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки.

"Пугающая маска" – способствует развитию доверительной обстановки в группе; помогает детям в материализации чувства страха, учит рефлексивным действиям.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Передай настроение", "Превращения", "Пугалки".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Волшебные очки", "Пугающая музыка", "Краски страха".

Индивидуальная работа с масками.

Этап вербализации: сублимация страха, игры с масками, проговаривание чувств.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

"Веселые и грустные кляксы" – учит распознавать чувства и эмоции; стимулирует их проявление; развивает наблюдательность и активность.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Передай настроение", "Веселые и грустные гномики".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Волшебные капельки", "Краски музыки", "Краски грусти".

Индивидуальная работа "О чем расскажет моя клякса?".

Этап вербализации: проговаривание чувств, создание волшебства "Сказка моей кляксы".

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

"Волшебные зеркала" – формирует положительную "Я-концепцию", самопринятие, уверенность в себе, снижает тревожность, выявляет положительные черты личности.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Волшебная палочка", "Кричалки".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Волшебные очки", "Превращения", "Шляпа героя". Индивидуальная работа: "Я в волшебном зеркале".

Этап вербализации: метод личностной перспективы, рассказ о себе. Ритуал окончания занятия – рефлексия

"Танец радости" – продолжает учить детей распознавать чувства и эмоции и передавать их движением и живописью, развивает умение управлять телом.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Круг друзей", "Гусеница".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Танцы-противоположности", "Передай настроение", "Музыка и движения радости", "Краски радости".

Работа в парах "Повтори движение".

Индивидуальная работа: лепка (соленое тесто).

Этап вербализации: метод вербальной и невербальной коммуникации. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

"Скульптура гнева" – учит распознавать и изображать в скульптуре "гнев"; способствует элиминации гнева, активизирует ассоциации детей.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Перо феи", "Гусеница".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Танцы-противоположности", "Передай настроение движением", этюды "Я сердит...", "Гнев".

Индивидуальная работа: лепка (соленое тесто).

Этап вербализации: метод вербальной и невербальной коммуникации, преобразования гнева, создание волшебства.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

Путешествие в волшебный мир (5ч)

"Рисуем волшебный мир" – учит осознанию своего самочувствия, способствует снижению эмоционального напряжения, уменьшению тревожности, развитию творческой личности.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия в кругу).

Релаксация: "Мы волшебники".

Актуализация визуальных, аудиальных ощущений. Методы активного воображения: "Воображаемое путешествие", "Заколдуй и расколдуй".

Индивидуальная работа: создание волшебного мира.

Этап вербализации: сказка о моем волшебном мире.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

"Цветочный волшебный мир" – помогает в раскрытии внутреннего мира, снятии эмоционального напряжения, развитии творческой личности.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия в кругу).

Релаксация: "Самое лучшее место".

Актуализация визуальных, аудиальных ощущений. Методы активного воображения: "Воображаемое путешествие", "Волшебные краски".

Индивидуальная работа: создание цветочного волшебного мира.

Этап вербализации: сказка о цветочном волшебном мире.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

Монотипия, коллаж (12ч)

"Волшебные превращения" – монотипия – помогает в развитии умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ, снижении психоэмоционального напряжения, повышении уверенности в себе, развитии творческой личности.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Актуализация визуальных, аудиальных, ощущений.

Создание монотипии: игры с красками, волшебные заклинания.

Конкретизация увиденного образа, придумывание названия.

Этап вербализации: использование техники активного воображения, метода личностной перспективы, вербальной и невербальной коммуникации.

Рефлексивный анализ: рассказ об ощущениях, оформление работ для выставки.

Ритуал окончания занятия

Коллаж "Сказочная птица" – способствует расслаблению, снятию мышечного напряжения, развитию креативности, способности к абстрактному мышлению детей

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.

Создание фона для коллажа.

Свободное творчество.

Этап вербализации (вербальные и невербальные коммуникации).

Рефлексивный анализ.

Ритуал окончания занятия

Календарно-тематическое планирование

по курсу внеурочной деятельности арт-терапии «Цветной мир»

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	Основные виды деятельности.
Работа с песком и манкой (8ч)				
1	«Здравствуй, песок»			
2	«Песочный дождик»			
3	«Песочный ветер»			
4	"Необыкновенные следы"			
5	"Узоры на песке"			
6	"Песочный круг"			
7	«Сказка о том, как мы подружались...».			
8	«От чистого сердца, с любовью – здравствуйте!».			
9	«Похвали себя за работу»			

Краски, карандаши, пластилин (9ч)				
10	"Передай настроение"			
11	"Четыре стихии"			
12	"Краски моего настроения"			
13	"Волшебные очки"			
14	"Пугающая музыка"			
15	"Краски страха"			
16	"Веселые и грустные кляксы".			
17	"Волшебная палочка"			
18	"Новогодние эмоции"			
Путешествие в волшебный мир (5ч)				
19	"Рисуем волшебный мир"			
20	"Мы волшебники".			
21	"Цветочный волшебный мир"			
22	"Воображаемое путешествие",			
23	"Волшебные краски"			
Монотипия, коллаж (12ч)				
24	"Волшебные превращения"			
25	«Игры с красками»			
26	Свободное творчество			
27	Свободное творчество			
28	Свободное творчество			
29	Свободное творчество			
30	Свободное творчество			
31	Свободное творчество			
32	Свободное творчество			
33	Свободное творчество			
34	Коллаж "Сказочная птица"			
Итого: 34 часа.				

Литература по арт-терапии:

1. Алексеева М.Ю. "Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя". М., 2013.
2. Аметова Л.А. "Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт". М., 2013.
3. "Арт-терапия: Диалог: Россия-Великобритания" Сборник статей. Островитянин, 2018.
4. "Арт-терапия". ред.-сост. А. И. Копытин. СПб., 2021.
5. Бетенски М. "Что ты видишь? Новые методы арт-терапии". М., 2022.
6. Богданович В. "Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы". Золотое Сечение, 2018.
7. Бурно М.Е. "Терапия творческим самовыражением". М., 1989.

8. Вальдес Одриосола М. - "Арттерапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности." Методическое пособие. Владос, 2015.
9. Вачков И.В. "Арт-терапия. Развитие самопознания через психологическую сказку". М.,2021.
10. Ганим Барбара. "Исцеление через искусство". Минск, 2015.
11. Дженингс С., Минде А. "Сны, маски и образы. Практикум по арт-терапии". М., 2013.
12. "Диагностика в арт-терапии. Метод "Мандала" ред. А. И. Копытина. СПб., 2012.
13. Дрешер Ю.Н. "Библиотерапия, теория и практика: учебное пособие". Профессия, 2017.
14. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Грабенко Т.М. "Практикум по креативной терапии". М.: ТЦ Сфера, 2013.
15. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. "Путь к волшебству, Теория и практика арттерапии". СПб.: Златоуст, 2005.
16. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. "Психотерапия зависимостей: Метод арт-терапии". СПб.: Речь 2012.
17. Остер, Дж., Гоулд П. "Рисунок в психотерапии". М., 2010.
18. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми". СПб.: Речь, 2018.
19. Кожохина С.К. "Растём и развиваемся с помощью искусства". СПб.: Речь, 2016.
20. Колошина Т., Тимошенко Г. "Марионетки в психотерапии". М., 2001.
21. Копытин А.И., Корт Б. "Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия". СПб.: Речь, 2017.
22. Копытин А.И. "Теория и практика арт-терапии". СПб., 2012.
23. Копытин А.И. "Тест "Нарисуй историю". СПб.: Речь, 2013.
24. Копытин А.И. "Системная арт-терапия". СПб.: Питер, 2011.
25. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. "Арт - терапия детей и подростков". М.: Когито - Центр, 2017.
26. Королева З. "Говорящий рисунок" (100 графических тестов). 2016.
27. Короп Илья. "Законы Радости. Исцеление словом и музыкой" (+ CD). Открытый Мир, 2018.
28. Короткова Л.Д. "Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста". СПб.: Речь -2011.
29. Красный Ю. Е. "Арт - всегда терапия". 2016.