

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
«Горнозаводский Дом творчества»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом  
МАУ ДО «Дом творчества»  
Протокол № 4  
от «5» февраля 2026г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ ДО  
«Дом творчества»  
А.В. Князева  
Приказ № 26-26  
от «5» февраля 2026г.



**Дополнительная адаптированная  
общеразвивающая программа**  
социально-гуманитарной направленности разновозрастных отрядов  
**«Цветной мир»**

Возраст обучающихся: 7-16 лет  
Составитель программы:  
Поезжаева Анна Викторовна,  
тьютор

г. Горнозаводск, 2026 г.

## Программа по арт-терапии «Цветной мир»

Программа рассчитана на коррекцию и развитие детей с ОВЗ школьного возраста, преимущественно с умственной отсталостью (умеренной, легкой степеней). Благодаря этой программе снимается напряжение у детей, корректируется: внимание, память; развивается мелкая моторика рук, происходит концентрация внимания.

Арт-терапия в состоянии взять на себя задачу психокоррекции, так как изобразительная деятельность играет решающую роль в восстановлении эмоционального равновесия психики ребёнка благодаря индивидуальному и групповому выражению себя в изотворчестве. безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию;

При использовании арт-терапии предлагаются разнообразные занятия: рисование, лепка, рисования песком «sandplay», песочная терапия, поделки из ткани, меха, природного материала. При этом специальная подготовка, талант исполнителей и художественные достоинства работ не столь значимы. Важны и сам процесс творчества, и особенности внутреннего мира человека. Спонтанный характер творческой деятельности на арт-терапевтических занятиях в отличие от процесса обучения изобразительному искусству. Творчество, как известно, само по себе обладает целительной силой.

**Цель:** самоадаптация и самовыражение, саморегуляция детей в продуктах творчества.

### **Задачи и функции:**

**Воспитательные.** Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом.

**Коррекционные.** Достаточно успешно корректируется образ “Я”, который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми.

**Психотерапевтические.** “Лечебный” эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях.

**Диагностические.** Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. Это корректный способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции. В процессе занятий легко проявляются характер

межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе, а также особенности семейной ситуации.

**Развивающие.** Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

А так же способствует:

- формированию духовности и культуры
- эмпатическому принятию детей
- созданию психологической атмосферы личностной безопасности
- эмоциональной поддержке
- стратегии и вербализации чувств и переживаний, актуализируемых в процессе творчества
- формированию толерантности, способности к успешной социализации и адаптации в обществе

#### **Адресность программы:**

Программа по арт-терапии адресована детям с ОВЗ и нормотипичным детям с *особенностями* личностных переживаний.

#### **Краткие характеристики учащихся**

Программа реализуется в течение 5 каникулярных дней.

Занятия проводятся ежедневно по 2 часа в день.

Форма работы индивидуальная и групповая.

#### **Ожидаемые результаты:**

Применение арт-терапевтических приёмов в психокоррекционной работе позволяет получить следующие позитивные результаты:

- обеспечивает эффективность эмоционального реагирования, придаёт ему даже в случаях агрессивных проявлений социально-приемлемые допустимые формы, при этом открываются возможности преобразования негативных эмоций в позитивные
- облегчает процесс коммуникации для стеснительных и слабо ориентированных на сверстников детей
- оказывает влияние на осознание ребёнком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, существенно повышает личностную идейность и развивает самооценку.

#### **При проведении занятий соблюдаются следующие правила:**

- не использовать принуждение, указания, требования
- ребёнок имеет право работать в собственном темпе
- ребёнок имеет право отказаться от выполнения задания и может наблюдать за деятельностью других детей

- введение запрета на сравнительные оценочные суждения, отметки, критику.

Арт-занятия предоставляют каждому участнику оставаться самим собой, не испытывать неловкости, стыда, обиды, от сравнения с более успешными детьми, продвигаться в развитии соответственно своей природе.

**Формы подведения итогов:**

Выставки, совместные рисунки

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 1 год обучения

| № | Наименование темы                 | Всего ч асов | Теор., мин. | Практ., мин. |
|---|-----------------------------------|--------------|-------------|--------------|
| 1 | Вводное занятие                   | 1            | 10          | 30           |
| 2 | «Штриховка и каракули»            | 2            | 20          | 60           |
| 3 | «Здравствуй песок»                | 4            | 20          | 140          |
| 4 | «Нейролинии»                      | 1            | 10          | 30           |
| 5 | «Игротерапия»                     | 1            | 10          | 30           |
| 6 | Заключительное, итоговое занятие. | 1            | 10          | 30           |
| 7 | Всего                             | 10           | 80          | 320          |

## 3. СОДЕРЖАНИЕ АДАПТИРОВАННОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

### 1. Вводное занятие.

Знакомство с правилами группы. Установление межличностных контактов в группе. Знакомство с изобразительной техникой мариания.

Цель: Знакомство участников группы между собой и с тренером, создание благоприятной атмосферы в классе. Знакомство с методами арт-терапии.

Материалы: бумага разного формата; краски, губки, кисточки, клубок ниток, одноразовые тарелочки;

#### 1. Ритуал начала занятия «Клубок»

Дети сидят на стульях по кругу. Тренер передает клубок ниток ребенку. Ребенок при этом называет ласковое, вежливое слово, пожелание, передавая клубок следующему участнику. Так клубок раскручивается пока не пройдет через всех участников.

#### 2. 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.

#### 3. «Мое настроение» техника мариания.

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». В нашем случае, в условиях арт-сессии, речь идет о спонтанных рисунках школьников, выполненных в абстрактной манере. Определение «марание» выбрано в связи с неструктурированностью изображений, отсутствием сюжета, сочетанием отвлеченных форм и цветовых пятен.

Беседа на тему «Какое мое настроение сегодня?». От чего может меняться настроение?

Затем дети на листах бумаги с помощью кисточек, губок, пальцев изображают свое настроение. Затем идет обсуждение. Какие эмоции и чувства вызывает рисунок?

#### 4. Ритуал прощания «Солнечные лучики»

Все стоят в кругу, протягивают руки вперед в центр круга. Все должны почувствовать себя теплым солнечным лучиком и взяться за руки.

## 2. Занятие «Штриховка и каракули»

Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр.

Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Штриховки и каракули могут иметь различное воплощение: заполнение пространства (тонирование, создание фона, закрашивание штрихами выделенной поверхности); рисование отдельных линий или их сочетаний (передача «характера» и взаимоотношений линий, например, грустной, испугавшейся линии, ссоры; так же появляются волны, лучи солнца, ветер, языки огня, взрывы, препятствия); изображение объектов и символов в ритмической манере.

Графические линии могут быть прямыми, изогнутыми, ломаными, закругленными, спиралеобразными, иметь вид галочек, пунктира.

Чиркать можно, используя технику «фроттаж», когда заштриховывается поверхность листа, под которую подложен плоский предмет или заготовленный силуэт. Наверняка каждый пробовал так «проявить» монетку!

Штриховки и каракули помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия.

Штриховки и марания происходят в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка. У каждого ребенка он свой, диктуемый психофизиологическими ритмами организма. Ритм присутствует во всех жизненных циклах, в том числе в режиме дня, чередовании напряжения и расслабления, труда и отдыха и т.д. Ритм создает настрой на активность, тонизирует ребенка.

### 3. Занятие «Здравствуй, песок»

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

целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

"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 "Прикосновение к песку". Правило: подружись с песком.

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Здравствуй, песок", "Песочный дождик", "Песочный ветер".

Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками

### 4. Занятие «Нейролинии»

**Нейролинии** — это линии, которые не повторяют себя на каждом участке своего движения и которые ведут туда, где не ожидаешь их увидеть. **Использование нейролиний в работе с детьми** — часть метода нейрографики, который выступает как вид арт-терапии. **Цели применения нейрографики с использованием нейролиний:**

- развитие творческого и креативного мышления ребёнка;
- проработка проблем, связанных с внутренним миром, в том числе негативных психоэмоциональных состояний;
- помощь ребёнку преодолеть такие качества, как замкнутость, робость, победить страхи, развить коммуникабельность и открытость.

**Процесс рисования нейролиний** включает несколько этапов:

1. **Рисование нейролиний.** Линии должны быть не цикличного (повторяющегося, ритмичного), а хаотичного характера. Количество линий не ограничено: рисуют, сколько хочется.
2. **Скругливание пересечений линий-сопряжений.** Их нужно сначала скруглить, чтобы убрать напряжение, а затем в пространства между ними вписать овалы или круги.
3. **Дорисовывание линий.** Нет какого-то конкретного правила, как нужно рисовать: как чувствуют, так и делают.
4. **Раскрашивание фигур.** После того как округлили рисунок, начинают раскрашивать фигуры в разные цвета, какие предпочтительны в данный момент.

#### **4. Занятие «Игротерапия»**

**Игротерапия** — метод психолого-педагогической помощи, использующий игровые технологии для развития и коррекции различных психических и физических функций ребёнка. Для детей с ограниченными возможностями здоровья игротерапия применяется как способ коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений, развития навыков коммуникации.

Игры: Гора эмоций, лепешка медовод, неправильная страна, семейка Гномс.

## **6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И УСЛОВИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса**

**Арт-терапия** - это лечение изобразительным искусством. Опыт многолетней работы с детьми с ОВЗ, в том числе позволяет сформулировать условия, соблюдение которых делает арт-терапию более успешной.

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.

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

*Оборудование кабинета:*

1. Стол с подсветкой и песком
2. Краски: гуашь, темперы, акварельные.
3. Записи музыкальных классических произведений, а также музыки для детей из мультфильмов.
5. Ватман.
6. Клубок ниток.
9. Простые карандаши или фломастеры.
11. Столы, стулья (по количеству детей).

*Мультимедийное оборудование:*

1. Компьютер.

*Учебно-методическое обеспечение:*

1. Рабочая программа.
2. Разработки занятий.

## **8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ**

1. Алексеева М.Ю. "Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя". М., 2003.
2. Бетенски М. "Что ты видишь? Новые методы арт-терапии". М., 2002.
3. Богданович В. "Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы". Золотое Сечение, 2008..
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Грабенко Т.М. "Практикум по креативной терапии". М.: ТЦ Сфера, 2003.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. "Путь к волшебству, Теория и практика арттерапии". СПб.: Златоуст, 2005.
6. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. "Психотерапия зависимостей: Метод арт-терапии". СПб.: Речь 2002.
7. Остер, Дж., Гоулд П. "Рисунок в психотерапии". М., 2000.
8. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми". СПб.: Речь, 2008.Зинкевич-
9. Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: Речь, 2002.Практика
10. Сказкотерапии / Под ред. Н. А. Сакович.— СПб.: Речь, 2004.— 224 с.Энде М.