

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5 ГОРОДА
ЛЕСОСИБИРСКА»
(МБОУ «ООШ №5»)**

40 лет Октября ул., д.12, Лесосибирск, 662546
Тел. (39145) 3-43-83 Факс (39145) 3-37-37. E-mail: ou5@mail.ru
ОКПО 49151584, ОГРН 1022401508480, ИНН/КПП 2454011279/245401001

Согласовано Заместитель директора по УВР МБОУ «ООШ №5» _____/ Н.Р.Ермолаева «__» _____ 2020 г.	Утверждаю Директор МБОУ «ООШ №5» _____/ Н.А.Попова Приказ № _____ от «__» _____ 2020 г.
---	--

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
Арт-студия « Разноцветный мир»**

Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 8-12 лет
Возрастные группы:
8- 9 лет
10-12 лет

Автор – составитель:
Олейникова Елена Викторовна,
педагог дополнительного образования

Лесосибирск, 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I. Комплекс основных характеристик программы:

I.1. Пояснительная записка (характеристика программы).

I.2. Содержание программы:

- учебный план;

- содержание учебного плана.

II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

II.1. Формы аттестации и оценочные материалы

II.2. Условия реализации программы

II.3. Методические материалы

Список литературы.

Приложения.

РАЗДЕЛ 1. Комплекс основных характеристик общеобразовательной общеразвивающей программы Арт-студия «Разноцветный мир»

1.1. Пояснительная записка

Современная действительность диктует человеку особые условия: необходимо быть уверенным в себе, конкурентоспособным, иметь нестандартный подход к делу, быть креативным. Перед системой образования стоит задача обеспечить успешные результаты в эффективной социализации личности и раскрытии ее потенциала в современном меняющемся мире. На первый план выходит формирование так называемых гибких навыков, способных обеспечить успешность человека в любой сфере деятельности. Ученые определили, что около 80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% - IQ – коэффициент интеллекта, определяющий уровень умственных способностей человека. Поэтому в настоящее время уделяется большое внимание развитию эмоционального интеллекта детей и подростков, развитию творческих способностей. Для ребёнка развитый эмоциональный интеллект – основа успешного и, главное, счастливого будущего.

Решение этой задачи обеспечивается созданием и реализацией программы Арт-студия «Разноцветный мир»

Направленность программы:

Данная программа имеет социально-гуманитарную направленность и ориентирована на развитие личностных качеств и социально-эмоционального интеллекта учащихся, развитие способности понимать свои эмоции и эмоции других людей, формирование эмпатии и эмоциональной гибкости во взаимоотношениях с другими людьми, овладение основами творческого самовыражения.

Актуальность:

Актуальность создания программы Арт-студия «разноцветный мир» обусловлена потребностью современного общества в личности с развитым эмоциональным интеллектом, способной, во-первых, успешно организовывать деятельность в согласии со своим эмоциональным состоянием и, во-вторых, строить доброжелательные отношения с окружающими в целях продуктивного сотрудничества. Актуальность изучения программы возрастает в связи с тем, что именно в младшем школьном возрасте и младшем подростковом возрасте идет активное эмоциональное становление учащихся, совершенствование их самосознания, возможности к рефлексии и умения встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства. При этом необходимо учитывать, что именно дети и подростки особенно уязвимы для социальных вызовов и угроз нестабильного современного мира. Ребёнок со слабо развитыми социальными навыками и низким эмоциональным интеллектом может уйти в себя, стать закомплексованным, скованным в общении или даже агрессивным, при этом ребёнок с развитым эмоциональным интеллектом в любой ситуации сделает для себя правильные выводы. С учётом актуальности развития эмоционального интеллекта как основы успешной жизни человека с ранних лет разработка и внедрение в практику различных методик и программ развития эмоционального интеллекта представляются не просто желаемыми, а необходимым шагом.

Новизна данной программы.

Развитие эмоционального интеллекта учащихся в программе Арт-студии «Разноцветный мир» организуется в процессе их творческого самовыражения в различных видах творческой деятельности, будь то рисование, лепка, движение. Это обусловлено тем, что большинство детей младшего и среднего школьного возраста затрудняются в словесном

описании своих переживаний. Для них более естественно выразить их в игровой деятельности, изобразительной и иных формах творческой активности. Использование различных направлений арт-терапии в работе с детьми представляет широкий спектр творческого самовыражения, выбора наиболее интересного для каждого способа самопрезентации, развивает способность мыслить творчески, что делает ребенка более жизнерадостным, стойким к стрессовым ситуациям, формирует активную жизненную позицию.

Отличительными особенностями являются:

- Педагог не ставит цель научить ребенка рисовать, лепить, петь. Основная задача арт-терапии состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка через творчество, и в повышении его адаптационных способностей.
- Главная нацеленность занятий - на творческое самовыражение каждого ребенка, на сам процесс творческой деятельности. Сам продукт деятельности (рисунок, поделка, композиция) не оценивается. Анализируются чувства, эмоции, полученный опыт. При этом, по желанию учащихся могут организовываться выставки их творческих работ.
- Арт-терапия – процесс осознания себя и мира. В творчестве воплощаются чувства, надежды и страхи, ожидания и сомнения, конфликты и примирения. Таким образом, педагог выбирает темы творческих работ для осознания учащимися своих ценностей, своих сильных сторон, повышения познавательной мотивации. Организует групповые формы работы и создает ситуации выбора, для того чтобы учащиеся получали опыт эффективной коммуникации, могли отстаивать свою точку зрения и учитывать мнения других.
- Через рисунок, игру, сказку арт-терапия дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания, способствует повышению самооценки и, конечно же, помогает в развитии творческих способностей. Кроме того, активная творческая деятельность способствует расслаблению и снятию напряжения.
- Арт-терапия имеет латентное терапевтическое влияние на эмоциональное состояние ребенка, ориентируется на внутренний потенциал каждого учащегося и помогает ему выразить свои мысли и чувства посредством творчества, погружения в различные виды искусства.

Теоретическое обоснование:

Данная программа опирается на теоретический синтез зарубежных теорий развития эмоционального и социального интеллекта П. Сэловея, Д. Карузо, И. Н. Андреевой, модель эмоционального интеллекта Д.В. Люсина, а также на положения отечественной психологии о развитии ребёнка (Д. Б. Эльконина, Л.И. Божович, Л.А. Венгер, И.В. Дубровиной, М.Р. Битяновой, М.М. Безруких). Также программа опирается на программу Е.А. Сергиенко по социально-эмоциональному развитию школьников, на теоретические обоснования и практические разработки зарубежных и российских авторов в области арт-терапии: Л.Д. Лебедевой, А.И.Копытина, Н.А. Сакович, Т.О.Ушаковой, О.В.Хухлаевой, П. Книла, К.Лоринга.

Педагогическая целесообразность:

Программа «Разноцветный мир» - это территория творчества, проявления и раскрытия себя каждым ребенком, здесь ребенок делает выбор, свободно проявляет свою волю и эмоции, раскрывается как личность. В процессе работы ребенок творчески самовыражается, развивает свои художественные способности в целом, повышает свои адаптационные способности за счет раскрытия внутренних ресурсов. Все это способствует психологической разрядке, снятию стрессовых ситуаций, гармоничному включению в мир человеческих взаимоотношений, а значит повышает эффективность обучения.

Программа « Разноцветный мир» - это развивающее направление арт - терапии. Ребятам предлагается рассмотреть через призму эмоций окружающий мир (времена года, явления природы), а также систему взаимоотношений и самовосприятия. Расширить представления об эмоциях чувствах, овладеть навыками эмоциональной саморегуляции. Для этого предлагается использовать разнообразные формы и приемы творческого самовыражения: рисование, лепка, создание поделок из природного материала, создание мандал, песочных картин и др. Также в процессе работы зачастую используются музыка, движения, сочинение историй. При этом специальная подготовка, талант исполнителей и художественные достоинства работ не столь значимы. Важны и сам процесс творчества, и особенности внутреннего мира человека. Программа создаёт развивающую образовательную среду как ресурсный потенциал и зону возможностей ближайшего развития детей и подростков, реализация которых определяется их индивидуально-личностными и возрастными особенностями.

Адресат программы:

Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста и младших подростков: возраст участников 8-12 лет. Особых требований к наличию художественных или творческих способностей нет.

Программа разработана в соответствии с возрастными особенностями детей.

Предполагает разделение на две возрастные группы, в зависимости от возрастных особенностей детей: 1-я группа –это младшие школьники, учитываемые особенности: ориентация на учителя, преобладание конкретно-образного мышления, трудности в сформированности мелкой моторики; 2-я группа- младшие подростки, учитываемые особенности: ориентация на сверстников, появление абстрактного мышления, новообразование возраста - рефлексия.

В связи с этими особенностями тематической план один и тот же меняются только частично содержание практических заданий и их организационная форма проведения.

Уровень программы: начальный

Срок реализации: 1 год (54 часа)

Режим занятий:

занятия 1 раз в неделю по 1,5 академических часа.

Распределение времени – 30 минут (введение в тему, теоретический блок или обсуждение). Перемена 10 минут. И 40 минут - творческая работа индивидуальная или групповая.

Занятия проводятся в группах по 10-15 человек. 1,5 академических часа в неделю (с учетом каникулярного времени 36 недель- 54 часа в год).

Формы и методы работы:

Арт-терапия творческим самовыражением включает в себя одновременно различные виды творческой деятельности. На одном и том же занятии ребенок может передавать свое мироощущение, отношение к теме и звуком музыкального инструмента, вступая во взаимодействие со сверстниками с помощью аудиального канала взаимодействия, нарисовать рисунок, показать пантомиму.

Содержание каждого занятия предполагает тематические упражнения или игры, создание творческих продуктов, направленные на распознавание, рефлексии и вербализацию эмоциональных состояний. Структура каждого занятия обязательно помимо основной части включает в себя ритуалы приветствия и прощания, а также ведение арт-дневника. Программа включает в себя знакомство учащихся с различными видами творческого самовыражения: создание мандал и обережных кукол, знакомство с технологией Sand-play, работа с песком и пластилином, сочинение историй и сказок.

Цель: развитие эмоционального интеллекта младших школьников, через раскрытие их творческого потенциала средствами различных видов арт-терапии.

Задачи:

- развитие эмоциональной осведомленности (пополнение и обогащение собственного «словаря» эмоций);
- развитие чувственного восприятия окружающего мира
- овладение основами социальной осознанности: понимания чувств других людей и навыками реагирования на эмоциональные проявления других людей;
- снятие психоэмоционального напряжения; отреагирование чувств и переживаний в процессе творчества;
- развитие навыков творческого самовыражения

Ожидаемые результаты:

Программа «Разноцветный мир» обеспечивает наиболее оптимальное достижение цели выявления перспектив социально-эмоционального развития личности через активизацию и интенсификацию арт-деятельности обучающихся в условиях временного коллектива:

- обогащения новым опытом художественной деятельности,
- развития эмоциональной сферы и творческой активности,
- повышения мотивации к различным видам искусства,
- максимально быстрой адаптации средствами искусства в новом коллективе,
- развития и коррекции коммуникативных качеств личности, навыков конструктивного общения.
- активное участие в процессе создания творческих работ;
- позитивный настрой детей в работе.

Предметные результаты:

В результате обучения учащиеся :

Научатся:

- осознавать свои личные качества,
- анализировать свои интересы и возможности;
- выбирать предпочтительный способ творческого самовыражения для решения конкретной задачи;
- приемам работы с различными творческими материалами: пластилином, изо-материалами
- осознавать свои эмоциональные состояния;
- распознавать чувства других людей;
- овладевать навыками эмоциональной саморегуляции;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- прогнозировать последствия собственных поступков;
- применять полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности.

Овладеют:

- знаниями о себе, о своих возможностях, красоте и культуре;
- способностью распознавания базовых эмоций, анализом причин их возникновения;
- навыками использовать продуктивные методы снятия эмоционального напряжения, разрешения фрустрирующих ситуаций;
- навыками эмоциональной саморегуляции поведения.

Познакомятся:

- с понятиями эмоции, чувства, настроение, эмоциональные переживания;
- с разными видами творческого самовыражения;

- с эстетической культурой на основе целостного миропонимания;
- со способами развития творчества через художественную деятельность, слово, творческую деятельность;
- со способами создания собственного нового, оригинального образа;

Познавательные результаты:

- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера
- Умение выбирать для выполнения конкретной творческой задачи различные средства
- Способность оценивать результаты своей деятельности
- Способность формулировать собственное мнение и позицию

Личностные результаты:

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению
- навыки эффективного межличностного взаимодействия в общении и сотрудничестве со сверстниками,
- умения прилагать усилия для достижения цели, что приводит к развитию волевых качеств;
- умение оставаться в согласии с собой, иметь адекватную самооценку и реалистичный уровень притязаний
- Способность прогнозировать последствия собственных поступков
- формирование и развитие творческого воображения

Метапредметные результаты:

- Способность планировать работу с учетом имеющихся ресурсов и условий
- Готовность слушать собеседника и вести диалог
- Готовность признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого иметь свою
- Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

1.2. Содержание программы:

Учебный план

№	Название темы	всего часов	кол-во часов		Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	
1	Введение	1	1	0	анкетирование
2	Азбука эмоций	16	8	8	наблюдение, творческие работы, опросники
3	Обо мне	12	4	8	наблюдение, творческие работы, рефлексивные дневники
4	Мир вокруг	10	2	8	наблюдение, творческие работы,
5	Мы: Я и другие	8	2	6	наблюдение, творческие работы, рефлексивные дневники
6	Властелин эмоций	7	2	5	наблюдение, анкетирование, рефлексивные высказывания, творческие работы

	ИТОГО	54	19	35	
--	--------------	-----------	-----------	-----------	--

Содержание программы Арт-студия «Разноцветный мир»

Программа рассчитана на 1 год обучения (группы разновозрастные), из расчёта 1,5 часа в неделю – 54 часа за учебный год.

Тема 1. Введение.(1 час)

Теория. Вводное занятие. Правила работы в группе. Разные виды творческого самовыражения: лепка, рисунок, движение, музыка.

Форма контроля: анкетирование

Тема 2. Азбука эмоций (16часов).

Теория. Знакомство с базовыми и сложными эмоциями, изучению понятий эмоция, чувство, настроение. Составление списка эмоций. Как проявляются эмоции в поведении, что их вызывает, мимические проявления.

Практика: Эмоции в картинах, скульптурах, движении, цвете, запахе. Пословицы об эмоциях. Эмоциональный атлас. Котомоции. Маленький оркестр эмоций (изображение музыки звуками) Радуга чувств. Где живут эмоции?

Форма контроля: наблюдение, творческие работы, опросники

Тема 3. Обо мне (12 часов)

Теория. Кто я и что отличает меня от других, что для меня важно? Как я отношусь к своему имени, какие чувства у меня возникают в различных жизненных ситуациях. Мои желания. Принятие себя, теплые чувства и уважительное внимание к Собственному Я.

Практика: Портрет имен. Ромашка имени (изотерапия), Круг желаний, Обережная кукла (куклотерапия), Я в образе сосуда. Мандала радости. Как звучит страх? Страх в коробочке. Радуга эмоций (эмоциональный атлас) Мандала «Мир чувств» Дудлинг. Маски настроения

Форма контроля: наблюдение, творческие работы, рефлексивные дневники

Тема 4 Мир вокруг (10 часов):

Теория: праздники, времена года, окружающий мир, взаимодействие с миром вокруг и людьми.

Практика: Эмоциональная окрашенность отношения к миру, чувства, хорошее и плохое, ценное и не ценное, радостное, пугающее, вызывающее гнев. Строим песочные миры. Настроение песочных картин. Зимний мир Спонтанное рисование. Что спряталось в линиях? Сны спящего города (рисуем палочками, пальцами) Музыка города по времени суток. Волшебный лес

Форма контроля: наблюдение, творческие работы, рефлексивные дневники

Тема Мы: я и другие. (8 часов)

Теория: Взаимодействие с другими. Как жить с людьми? Как быть другом, как вести себя в конфликте? Как понимать других?

Практика: Разговор масок. «Обувная вечеринка» Портрет «Комплимент» Групповой рисунок Парное рисование. Волшебный песок. Ожерелье благодарности Пати ваз Пластилиновые люди. Групповая мандала радости. Групповая работа «Страна чувств»

Форма контроля: наблюдение, творческие работы, рефлексивные дневники

Тема Властелин эмоций . (7 часов)

Теория: Знакомство с базовыми основами саморегуляции: Как управлять своими эмоциями? Какие виды творчества приносят мне удовольствие?

Практика: Рисунки-ресурсы. Составление «Эмоциональной аптечки»: любимые песни, обережные предметы, талисманы удачи и многое другое, являющееся личным эмоциональным ресурсом. Дыхательные и двигательные упражнения. Поддерживающие слова. Мир волшебных мандал. Мое безопасное место. Маска успеха. Звезда моего успеха. Истории в цвете и звуке. Дом, похожий на меня. Тактильный художник. Карта моего внутреннего мира.

Форма контроля: наблюдение, анкетирование, рефлексивные высказывания, творческие работы

II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

II.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01.09	30.05	38 (I полугодие - 17 II полугодие -20)	36	54	1 раз в неделю по 1,5 часа
Итоговая аттестация: 17 – 26 мая						

II.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды контроля:

- начальный контроль (сентябрь) – диагностика развития;
- текущий контроль (в течение всего учебного года);
- итоговый контроль (май) - диагностика развития и итоговая работа.

В качестве текущего контроля используются арт-дневники, альбомы творческих работ анализ продуктов детского творчества.

Критерием оценки успешного продвижения служит создание личного словаря эмоций, понимание своих чувств, владение навыками эмоциональной саморегуляции. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в развитии социально-эмоциональной сферы школьника.

Диагностика развития предполагает пролонгированное исследование различных компонентов эмоционального интеллекта методикой «ЭмИн», а также проведение теста САН и анализ продуктов детского творчества. В качестве начального и итогового контроля используется исследование уровня развития различных компонентов эмоционального интеллекта: понимание своих и чужих эмоций, внутриличностный эмоциональный интеллект и управление своими эмоциями. Опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» (Д.В.Люсин) (детский вариант).

В виде итоговой аттестации используются творческие работы Групповая работа. «Страна чувств» индивидуальные по теме «Карта моего внутреннего мира».

II.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

- помещение для проведения групповых занятий, оснащенное компьютером, колонками
- рабочие столы (парты) для проведения игр и упражнений на развитие эмоциональной сферы;
- аудиозаписи музыки для фона занятия;
- песочный стол, песок;
- наборы метафорических ассоциативных карт, мелких предметов, игровые поля.
- материалы для творчества: краски, кисточки, кинетический песок, пластилин, природные материалы, музыкальные инструменты

Информационное обеспечение.

Для реализации программы в школе - выход в Интернет, библиотека психолого-педагогической литературы соответствующей тематики в электронном, бумажном виде.

- презентации по материалам занятий;
- комплект диагностических методик;
- список рекомендуемой литературы по программе для детей и родителей;

II.4. Методические материалы

Целесообразность выбранных тем программы:

Тема «азбука эмоций»: Эта тема посвящена изучению базовых и сложных эмоций, изучению понятий эмоция, чувство, настроение. Как проявляются эмоции в поведении, что их вызывает, мимические проявления, пословицы об эмоциях. Эмоции в картинах, скульптурах, движении, цвете, запахе.

Тема «Обо мне»: Эта тема ведет к формированию сильного «Я», хорошему пониманию Собственного и готовности к внутреннему диалогу, дружественному отношению к себе самому.

Тема «Мир вокруг»: вопросы рассматриваемые в этой теме позволяют лучше ориентироваться в окружающем мире, в том числе собственных чувств. Позволяет эмоционально чувствовать и яснее понимать мир.

Тема «Мы: я и другие»: Эта тема о разрешении другим быть другими, об уважении непонятого и признании права на индивидуальность — все эти способности у взрослого человека могут быть названы диалогическими установками личности. Тема «Властелин эмоций»: Эта тема учит навыкам эмоциональной саморегуляции, формирует ценностное отношение к процессу творческой реализации, созданию продуктов творчества, как ресурса в вопросах эмоциональной саморегуляции.

Все эти темы рассматриваются через знакомство с произведениями искусства в различных областях творчества, через создание собственных продуктов деятельности. Причем в данном варианте не имеет значение художественная ценность создаваемых работ, здесь важна ресурсность и самого процесса творческой самореализации и эмоциональная значимость, опора созданного продукта для его автора.

Структура занятий:

Структура каждого занятия включает в себя: вступление, ритуал приветствия, разминка, основная часть, заключительная часть, ритуал прощания, а также ведение арт-дневника.

Структура занятий:

1. Вступление (тема, настроение на начало занятия);
2. ритуал приветствия;
3. разминочные упражнения;
4. реализация арт-техники и обсуждение продукта;
5. заполнение арт-дневника (настроение на конец занятия, впечатления от занятия, личные достижения);
6. рефлексия занятия; домашнее задание

7. ритуал прощания.

Содержание каждого занятия предполагает тематические упражнения или игры, создание творческих продуктов, направленные на распознавание, рефлекссию и вербализацию эмоциональных состояний.

Арт-терапевтические занятия помогают детям выражать свои мысли, чувства, настроения в процессе творчества. Программа дополнительного образования «Разноцветный мир» составлена по блокам, каждый из которых помогает поддерживать позитивный настрой детей, вести беседу о ценностях, жизненных ситуациях, формировать позитивное само восприятие, создает пространство для их творческой самореализации.

Работа выстраивается таким образом, что личность и характер ребенка не обсуждаются, его не сравнивают с другими детьми, в общении не применяются негативные оценочные суждения. Акцент делается на продвижении ребенка в личностном росте посредством сравнения его с самим же собой. Практическая работа в рамках программы позволяет ребенку научиться фиксировать и анализировать свои чувства и чувства других людей.

Список применяемых видов арт-терапии с описанием их развивающего эффекта:

Изотерапия — воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;

Мандалатерапия – создание мандал различными художественными способами

Куклотерапия- создание обережных кукол

Песочная терапия и технология Sand-play- создание песочной анимации, песочных композиций и картин

Музыкотерапия — воздействие через восприятие музыки;

Сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи.

Игровая терапия - воздействие с использованием игры.

Изотерапия способствует сенсорному развитию, формируют мотивационно-потребностную сторону их продуктивной деятельности, способствуют дифференциации восприятия, мелких движений руки, а также обеспечивают развитие произвольного внимания, воображения, речи, коммуникации.

Музыкотерапия помогает детям осваивать окружающую действительность, выраженную в музыкально-художественных образах. Активизирующиеся чувства, эмоции, переживания ребенка, создают условия для осмысления прекрасного и безобразного, доброго и злого, любви и ненависти, помогают эмоционально-чувственно и деятельно откликнуться на них, обеспечивают ощущение собственной самооценности, сопричастности с другими людьми, адекватности коммуникативных проявлений. Успокаивая эмоциональное состояние и наполняя его новыми радостными переживаниями, музыка помогает ребенку ослабить негативные реакции.

Сказкотерапия расширяет границы воображения, всегда вызывает интерес, эмоциональный отклик, определенные переживания. В процессе занятий закладывается фундамент читательской культуры, потребность в общении с книгой.

Игротерапия дает положительную динамику в качественном развитии воображения, формировании его творческого компонента. Они обеспечивают становление знаково-символической функции мышления, произвольного внимания, коррекции психоэмоционального состояния, а также способствуют развитию многих компонентов личности детей.

Литература для педагога

1. Арт-терапия — новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. – М.: Когито-Центр, 2006. – 336 с.
2. Белинская, Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников / Е.В. Белинская. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. – 125 с.

3. Вачков, И.В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом / И.В. Вачков - М.: Генезис, 2011 – 288 с.
4. Винтенбах, И.В. Игры на выражение эмоций / И.В. Винтенбах // Детский досуг. – 2013. – № 4. – с. 34-37
5. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. –СПб.: Речь, 2000.
6. Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков /А.И.Копытин, Е.Е. Свистовская. – М.: Когито-Центр, 2010 – 197 с.
7. Копытин, А.И. Терапия искусством в системе образования / А.И. Копытин //Школьный психолог. – 2011. – №1
8. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. Практическое пособие. М.: Генезис, 2002
9. Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2003. –256 с.
10. Петухова, М.И. Музыкальная терапия как метод социально-педагогической адаптации младшего школьника / М.И. Петухова //Известия ТГУ. – 2013. – № 3. – с.254-263
11. Раздрокина Л. Танцуй на здоровье. Танцевально-игровые тренинги. Ростов-на-Дону: изд-во «Феникс», 2007.
12. Самойлова, В.Г. Арттерапия как одна из инновационных педагогических технологий коррекции эмоциональной сферы младших школьников / В.Г. Самойлова. – Ч.: ЧГАКИ, 2004. – 155 с.
13. Саморукова, В.В. Психологическое сопровождение развития эмоциональной сферы младших школьников в условиях творческой активности / В.В. Саморукова // Социально-экономические явления и процессы. – 2011. – № 5-6 – с. 367-371
14. Слобожанин А.В. Мастер-класс «Арт-терапия: цвет, символ, сказка» / А.В. Слобожанин // Гуманитарные ведомости ТГПУ им. Л.Н.Толстого. – 2013. – №1-2 (3-4). – с.69-76
15. Ткач, Р.М. Сказкотерапия детских проблем / Р.М. Ткач — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. — 118 с.
16. Щанникова, Е.А. Технология сказкотерапии / Е.А. Щанникова // Дополнительное образование и воспитание. – 2015. –№ 6. – с. 22-23

Литература для детей

1. Русе Лагеркранц.Моя счастливая жизнь/Лагеркранц Р.,Эриксон Э.- Изд-во: КомпасГид - 2020г.
2. Уильф Нильсон. Один на сцене/ Нильсон У., Эриксон Э.- Издательство:Самокат-2016г.
3. Пархоменко С. Волшебство эмоций. Эмоциональный интеллект для детей/ С. В. Пархоменко - . Изд-во: Банда умников, 2020 г.
4. Леви Пинфолд. Черный пес./Пинфолд Л.- Издательский дом:Поляндрия-2019г.
5. Оскар Бренифье, Что такое чувства?/Бренифье О.,рисунки Сержа Блоха, изд-тво:Clever-2019г.

Календарно-тематическое планирование 2-3 класс

№	Тема занятий	форма проведения (основная техника)	Дата	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Правила работы	беседа		1
2	Мир творчества. Групповой рисунок	беседа, изотерапия		1
3	Портреты имен. Ромашка имени	беседа, изотерапия		1
4	Как выглядят эмоции? Радуга эмоций	беседа, изотерапия,		1
5	Я и мои эмоции. «Котомоции»	изотерапия, игротерапия (с МАК)		1
6	Настроение осени.	Изотерапия, мандалотерапия		1
7	Маленький оркестр эмоций	музыкотерапия		1
8	Мир волшебных мандал. Мандала радости	рассказ, мандалотерапия		1
9	Радуга эмоций (эмоциональный атлас)	изотерапия		1
10	Как звучит страх? Страх в коробочке	музыкотерапия, ткане-терапия		1
11	Мое безопасное место	изотерапия		
12	Мандала «Мир чувств»	беседа, игротерапия (с МАК)		1
13	Я и другие. Взаимодействие.	музыкотерапия, игротерапия (с МАК),		1
14	«Обувная вечеринка»	изотерапия, пластилинография		1
15	Портрет «Комплимент»	музыкотерапия, изотерапия		1
16	Дудлинг. Свободные каракули	изотерапия		1
17	Дудлинг. Мои секретки	изотерапия		1
18	Маски настроения	изотерапия, сказкотерапия		1
19	Разговор масок	изотерапия, сказкотерапия		1
20	Парное рисование.	изотерапия		1
21	Волшебный песок. Строим песочные миры	беседа, песочная терапия		1
22	Настроение песочных картин.	Просмотр видеороликов, технология Sand-play		1
23	Зимний мир	технология Sand-play		1
24	Мечты и желания.	изотерапия,		1
25	Круг желаний	изотерапия, куклотерапия		1
26	Обережная кукла Желанница	куклотерапия		1
27	Ожерелье благодарности	куклотерапия, работа с предметами		1
28	Зентангл Танглы для начинающих	изотерапия		1
29	Зентангл. Оттенки чувств	изотерапия, мандалотерапия		1
30	Рисуем на песке настроение	технология Sand-play		1
31	Рисуем музыку. Звуконастроение	изотерапия, музыкотерапия		1
32	Мой сосуд	игротерапия (с МАК), изотерапия,		1
33	Пати ваз	игротерапия, сказкотерапия		1
34	Леттеринг. Эмоции в буквах	изотерапия		1
35	Леттеринг. «Рисуем» имя	изотерапия		1
36	Спонтанное рисование. Что спряталось в линиях?	изотерапия		1

37	Пластилиновые люди	пластилинография		
38	Дом, похожий на меня	игротерапия (с МАК)		1
39	Волшебные сны (брызгами, пластилином)	изотерапия, пластилинография		1
40	Сны спящего города (рисуем палочками, пальцами)	изотерапия,		1
41	Музыка города по времени суток	музыкотерапия		1
42	Групповая мандала радости	Мандалотерапия, терапия с объектами		1
43	Волшебный лес	танцевально-двигательная терапия		1
44	Маска успеха	маскотерапия		1
45	Моя семья в образе цветов	изотерапия		1
46	Где в теле живут эмоции? Тактильный художник	изотерапия, сказкотерапия, тактильные упражнения		1
47	Звезда моего успеха	Работа с фигурками, игра «Полярная звезда»		1
48	Нотки моего настроения	музыкотерапия, Sand-play ,		1
49	Песочная мандала настроения	мандалотерапия, песочная терапия		1
50	Сочинение историй.	сказкотерапия		1
51	Истории в цвете и звуке	сказкотерапия, музыкотерапия		1
52	Волшебные слова. Леттеринг	Изотерапия		1
53	Групповая работа. Страна чувств	Изотерапия, коллаж		1
54	Карта моего внутреннего мира	Изотерапия		1
	занятий-36		часов	54

Календарно-тематическое планирование 4-5 класс

№	Тема занятий	форма проведения (основная техника)	Дата	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Правила работы	беседа		1
2	Мир творчества. Групповой рисунок	беседа, изотерапия		1
3	Портреты имен. Ромашка имени	беседа, изотерапия		1
4	Радуга эмоций. Как выглядят эмоции?	беседа, изотерапия,		1
5	Мои эмоции. Сад моих эмоций	изотерапия, игротерапия (с МАК)		1
6	Настроение осени. Звуки и краски	Изотерапия, мандалотерапия		1
7	Мелодия «Радость золотой осени»	музыкотерапия		1
8	Мир волшебных мандал. Мандала счастья	рассказ, мандалотерапия		1
9	Палитра эмоций. Каждой свой цвет.	изотерапия		1
10	Как звучит страх? Разговор со страхом	музыкотерапия, ткане-терапия		1
11	Игра «Уздечка для страха» (обуздай свой страх)	беседа, игротерапия (с МАК)		
12	Мое безопасное место	изотерапия		1
13	Мандала в группе «Спираль дружбы» «Мир чувств»	музыкотерапия, игротерапия (с МАК),		1
14	Я и другие. Взаимодействие.	игротерапия (с МАК), музыкотерапия		
15	«Походи в моих ботинках»	изотерапия, пластилинография		1
16	Портрет «Комплимент»	музыкотерапия, изотерапия		1

17	Дудлинг. Свободные каракули	изотерапия		1
18	Дудлинг. Мои секретки	изотерапия		1
19	Маски настроения. Разговор масок	изотерапия, сказкотерапия		1
20	«Котомоции» (эмоциональный атлас)	изотерапия, сказкотерапия		1
21	Парное рисование.	изотерапия		1
22	Настроение песочных картин.	Просмотр видеороликов, технология Sand-play		1
23	Зимний мир волшебных сказок	технология Sand-play, сказкотерапия		1
24	Мечты и желания. Фонтан желаний	изотерапия,		1
25	Мульт-концерт о мечтах	изотерапия, видео-терапия		1
26	Обережная кукла Желанница	куклотерапия		1
27	Ожерелье благодарности	куклотерапия, работа с предметами		1
28	Зентангл Танглы для начинающих	изотерапия		1
29	Зентангл. Оттенки чувств	изотерапия, мандалотерапия		1
30	Рисуем на песке настроение	технология Sand-play		1
31	Рисуем музыку. Звуконастроение	изотерапия, музыкотерапия		1
32	Мой сосуд	игротерапия (с МАК), изотерапия,		1
33	Пати ваз	игротерапия, сказкотерапия		1
34	Леттеринг. Эмоции в буквах	изотерапия		1
35	Леттеринг. «Рисуем» имя	изотерапия		1
36	Спонтанное рисование. Что спряталось в линиях?	изотерапия		1
37	Пластилиновая семья	пластилинография		
38	Дом, похожий на меня	игротерапия (с МАК)		1
39	Волшебные сны (брызгами, пластилином)	изотерапия, пластилинография		1
40	Сны спящего города (рисуем палочками, пальцами)	изотерапия,		1
41	Музыка города по времени суток	музыкотерапия		1
42	Игра «Полярная звезда»	МАК, терапия с объектами		1
43	Волшебный лес	танцевально-двигательная терапия		1
44	Маска успеха	маскотерапия		1
45	Моя семья в образе цветов	изотерапия		1
46	Где в теле живут эмоции? Тактильный художник	изотерапия, сказкотерапия, тактильные упражнения		1
47	Звезда моего успеха	Работа с фигурками, изо-терапия		1
48	Нотки моего настроения	музыкотерапия, Sand-play ,		1
49	Песочная мандала «Обо мне»	мандалотерапия, песочная терапия		1
50	Мелодия успеха. Картина-мотиватор..	сказкотерапия		1
51	Истории в цвете и звуке «Семейный альбом»	сказкотерапия, музыкотерапия, МАК		1
52	Волшебные слова. Леттеринг	Изотерапия		1
53	Групповая работа. Страна чувств	Изотерапия, коллаж		1
54	Карта моего внутреннего мира	Изотерапия		1
	занятий-36		часов	54

Приложение 2

Опросник ЭМИн Д.В. Люсина (детский вариант).

Опросник эмоционального интеллекта ЭМИн (Люсин)

Теоретические основы

В основу опросника положена трактовка ЭИ как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими. Способность к пониманию эмоций означает, что человек:

- может распознать эмоцию, т. е. установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека;
- может идентифицировать эмоцию, т. е. установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для неё словесное выражение;
- понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведёт.

Способность к управлению эмоциями означает, что человек:

- может контролировать интенсивность эмоций, прежде всего приглушать чрезмерно сильные эмоции;
- может контролировать внешнее выражение эмоций;
- может при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

И способность к пониманию, и способность к управлению эмоциями может быть направлена как на собственные эмоции, так на эмоции других людей. Следовательно, можно говорить о внутриличностном и межличностном ЭИ. Эти два варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, однако, предположительно, должны быть связаны друг с другом. Таким образом, в структуре ЭИ априорно выделяется два «измерения», пересечение которых даёт четыре вида ЭИ:

	Межличностный эмоциональный интеллект	Внутриличностный эмоциональный интеллект
Понимание эмоций	Понимание чужих эмоций	Понимание своих эмоций
Управление эмоциями	Управление чужими эмоциями	Управление своими эмоциями

Для создания опросника ЭМИн были разработаны утверждения на каждый вид ЭИ. Предварительные версии опросника проводились на нескольких сотнях испытуемых. Серия факторно-аналитических процедур показала, что более или менее устойчиво выделяется пять факторов, в целом соответствующих предложенной структуре.

Российская психодиагностическая методика, определяющая уровень развития эмоционального интеллекта по четырем шкалам:

- способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими (межличностный эмоциональный интеллект)
- способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими (внутриличностный эмоциональный интеллект)
- способность к пониманию своих и чужих эмоций
- способность к управлению своими и чужими эмоциями.

Инструкция. Для каждого из утверждений необходимо определить степень вашего согласия.

Совсем не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Полностью согласен
--------------------	--------------------	-----------------	--------------------

Текст детского варианта опросника.

1. Я всегда вижу, когда мои близкие расстроены, даже если они это скрывают.
2. Если на меня кто-нибудь обиделся, я не знаю, как с ним помириться.
3. Я могу узнать по лицу человека, какое у него настроение.
4. Если мне грустно, то я знаю, чем мне заняться, чтобы развеселиться.
5. У меня не получается развеселить или разозлить своего друга.

6. Когда я сержусь, то не могу сдержаться и говорю все, что думаю.
7. Я всегда знаю, почему какой-то человек мне нравится или не нравится.
8. Когда я начинаю злиться, то могу сам этого не заметить.
9. Я умею развеселить своих друзей.
10. Когда я что-нибудь рассказываю маме или другу, то часто говорю очень громко и размахиваю руками.
11. Я без всяких слов понимаю, какое настроение у моего лучшего друга.
12. Если нужно спешить или если меня ругают, я не могу взять себя в руки и делать то, что надо.
13. Я хорошо понимаю выражение лица и жесты других людей.
14. Когда я злюсь, то всегда знаю, почему.
15. Я умею утешать человека, которому грустно.
16. Взрослые считают, что я слишком часто смеюсь и плачу.
17. Я умею утешать родителей и друзей, когда им грустно или когда они волнуются.
18. Мне бывает трудно рассказать, как я отношусь к какому-нибудь человеку.
19. Если я смущаюсь при общении с незнакомыми людьми, то могу это скрыть.
20. Глядя на человека, я легко могу понять, какое у него настроение.
21. Я всегда знаю, какое у меня выражение лица, и могу им управлять.
22. Бывает, что я не знаю, почему мне весело или грустно.
23. Если очень надо, я смогу управлять выражением своего лица.
24. Если я захочу, то могу разозлить какого-нибудь человека.
25. Я умею делать так, чтобы настроение у меня было хорошим очень долго.
26. Я всегда знаю, весело мне или грустно.
27. Если кто-нибудь скрывает свои чувства, я это замечаю.
28. Если я разозлился, то знаю, как мне успокоиться.
29. По голосу можно определить, какое у человека настроение.
30. Я не умею изменять настроение у других людей.
31. По-моему, чувствовать свою вину или стыд – это одно и то же.
32. Я умею точно угадывать, что чувствуют мои друзья.
33. Когда у меня плохое настроение, я ничего не могу с этим поделать.
34. Если внимательно следить за выражением лица человека, то можно понять, что он чувствует.
35. Я не умею рассказать друзьям о своих чувствах.
36. Когда мой друг рассказывает мне о своих огорчениях, я умею его утешить.
37. Я умею управлять своим настроением.
38. Если мой друг или кто-то из взрослых начинает на меня сердиться, я иногда не сразу это замечаю.
39. Близкие всегда могут догадаться по моему голосу, какое у меня настроение.
40. Если мой друг плачет, я не знаю, что мне делать.
41. Мне бывает весело или грустно без всякой причины.
42. Я не могу догадаться, как изменится настроение у взрослых или у моих друзей.
43. Если я боюсь чего-нибудь, я ничего не могу с этим поделать.
44. Бывает, что я хочу помочь другу, утешить его, а он этого не понимает.
45. У меня бывают чувства, названия которых я не знаю.
46. Я не понимаю, почему некоторые люди на меня обижаются.

Внутренняя структура

В окончательном виде опросник ЭМИн состоит из 46 утверждений, по отношению к которым испытуемый должен выразить степень своего согласия, используя четырёхбалльную шкалу (совсем не согласен, скорее не согласен, скорее согласен, полностью согласен). Эти утверждения объединяются в пять субшкал, которые, в свою очередь, объединяются в четыре шкалы более общего порядка:

	МЭИ Межличностный эмоциональный интеллект	ВЭИ Внутрличностный эмоциональный интеллект
ПЭ Понимание эмоций	МП Понимание чужих эмоций	ВП Понимание своих эмоций
УЭ Управление эмоциями	МУ Управление чужими эмоциями	ВУ Управление своими эмоциями; ВЭ контроль экспрессии

- Шкала МЭИ (межличностный ЭИ). Способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими.
- Шкала ВЭИ (внутриличностный ЭИ). Способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими.
- Шкала ПЭ (понимание эмоций). Способность к пониманию своих и чужих эмоций.
- Шкала УЭ (управление эмоциями). Способность к управлению своими и чужими эмоциями.
- Субшкала МП (понимание чужих эмоций). Способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикация, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.
- Субшкала МУ (управление чужими эмоциями). Способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.
- Субшкала ВП (понимание своих эмоций). Способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.
- Субшкала ВУ (управление своими эмоциями). Способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.
- Субшкала ВЭ (контроль экспрессии). Способность контролировать внешние проявления своих эмоций

Интерпретация

Сырые баллы

Вариант ответа	В прямых значениях	В обратных значениях
совсем не согласен	0 баллов	3 балла
скорее не согласен	1 балл	2 балла
скорее согласен	2 балла	1 балл
полностью согласен	3 балла	0 баллов

Утверждениям присписывается значение в баллах, равное числовому значению ответа в бланке ответов. Часть пунктов интерпретируются в обратных значениях:

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Понимание чужих эмоций	1, 3, 11, 13, 20, 27, 29, 32, 34	38, 42, 46

Управление чужими эмоциями	9, 15, 17, 24, 36	2, 5, 30, 40, 44
Понимание своих эмоций	7, 14, 26	8, 18, 22, 31, 35, 41, 45
Управление своими эмоциями	4, 25, 28, 37	12, 33, 43
Контроль экспрессии	19, 21, 23	6, 10, 16, 39
Межличностный эмоциональный интеллект	1, 3, 9, 11, 13, 15, 17, 20, 24, 27, 29, 32, 34, 36	2, 5, 30, 38, 40, 42, 44, 46
Внутриличностный эмоциональный интеллект	4, 7, 14, 19, 21, 23, 25, 26, 28, 37	6, 8, 10, 12, 16, 18, 22, 31, 33, 35, 39, 41, 43, 45
Понимание эмоций	1, 3, 7, 11, 13, 14, 20, 26, 27, 29, 32, 34	8, 18, 22, 31, 35, 38, 41, 42, 45, 46
Управление эмоциями	4, 9, 15, 17, 19, 21, 23, 24, 25, 28, 36, 37	2, 5, 6, 10, 12, 16, 30, 33, 39, 40, 43, 44
Общий уровень эмоционального интеллекта	1, 3, 4, 7, 9, 11, 13, 14, 15, 17, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 32, 34, 36, 37	2, 5, 6, 8, 10, 12, 16, 18, 22, 30, 31, 33, 35, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46

Стенайны

Стенайны	Сырые баллы по шкалам				
	МЭИ	ВЭИ	ПЭ	УЭ	
1		31 и меньше	28 и меньше	31 и меньше	29 и меньше
2		32–34	29–32	32–34	30–32
3		35–37	33–36	35–37	33–36
4		38–40	37–40	38–40	37–40
5		41–44	41–44	41–44	41–44
6		45–47	45–48	45–47	45–47
7		48–51	49–53	48–51	48–51
8		52–55	54–57	52–56	52–56