

Государственное бюджетное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ ЦППМСП
Протокол № 3 от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 85 от 28 августа 2023 г.
Директор ГБУ ЦППМСП
Московского района Санкт-Петербурга
_____ Л.В. Шкапова

Дополнительная общеразвивающая программа
«Арт- творчество. Познай себя и мир вокруг»
Срок освоения: 10 дней
Возраст обучающихся: 7-9 лет

Разработчик:
Галкина Евгения Георгиевна,
педагог-психолог ГБУ ЦППМСП
Московского района

Санкт-Петербург
2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основные характеристики программы

Направленность:

Дополнительная общеобразовательная программа «Арт-творчество. Познай себя и мир вокруг» (далее – ДОП, программа) направлена на развитие эмоциональной сферы детей и снижение уровня тревожности, способствует формированию позитивного образа «Я» ребёнка. Программа имеет социально-педагогическую (социально-гуманитарную) направленность.

Адресат – Программа адресована детям в возрасте от 7 до 9 лет.

Актуальность. В младшем школьном возрасте развитие эмоционального интеллекта приобретает особую важность и актуальность, потому что именно в эти периоды происходит закладка фундамента для формирования личности. В этом возрасте идет активное становление эмоциональной сферы детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии и децентрации (умению встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства). По мере взросления, личностного развития у детей постепенно формируется способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

Арт-терапевтические методы популярны благодаря относительной простоте и доступности, их широко применяют для коррекции психоэмоционального состояния, поведения, для развития и гармонизации эмоционально-волевой сферы. Данные методы задействует творческие способности человека, способствуют их активизации через различные изобразительные приёмы и техники, помогает развитию наглядно-образного мышления, способствуют снижению эмоциональной напряженности, уровня тревожности, помогают развитию эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект – это явление, которое объединяет в себе умение различать и понимать эмоции свои и партнеров по общению, управлять собственными эмоциями и эмоциональными состояниями.

Существует множество проведенных исследований, подтверждающих, что низкий уровень эмоционального интеллекта способен привести к закреплению комплекса качеств, названного алекситимией, или заученной эмоциональной беспомощностью, повышающей риск возникновения психосоматических заболеваний, как у детей, так и у взрослых. Умение разбираться в собственных чувствах, управлять ими, является важным личностным фактором, который способствует укреплению психологического и соматического компонентов здоровья ребенка. Кроме того, исследования ряда ученых показали, что эмоциональный интеллект способствует личному успеху человека. Люди способные привести в согласие собственный ум и сердце, умеющие тонко чувствовать других людей и управлять взаимоотношениями, становятся серьезным человеческим ресурсом, капиталом любой организации и сферы деятельности, в какой бы они не работали.

Контекст программы подразумевает развитие эмоционального интеллекта поддержание и нормализацию психологического здоровья в процессе педагогического воздействия. В программу включены задания, благодаря которым такие основные познавательные процессы как память, внимание, мышление, ощущение и восприятие, воображение, находятся в активизации и развитии.

Уровень освоения – Программа имеет общекультурный уровень освоения.

Объем и срок освоения. Программа рассчитана на 10 академических часов, продолжительность академического часа - 45 минут (всего 450 минут). Срок освоения программы 10 дней. Занятия по программе проводятся 1 раз в неделю в течение 2,5 месяцев.

Цель ДОП: снижение уровня тревожности посредством развития эмоционального интеллекта обучающихся.

Задачи ДОП:

Обучающие:

- познакомить обучающихся с миром человеческих эмоций;
- обучить навыкам самоанализа, рефлексии;
- способствовать формированию умения учитывать позицию другого человека, его точку зрения.

Развивающие:

- способствовать развитию коммуникативных навыков;
- способствовать развитию творческих способностей обучающихся;
- способствовать развитию эмпатии, как понимания чувств других людей и сопереживания им;
- способствовать развитию адекватной самооценки.

Воспитательные:

- способствовать формированию понимания ценности отношений в жизни человека;
- способствовать воспитанию творчески активной и самостоятельной личности;
- воспитывать в детях уважение к себе и к другим.

Планируемые результаты освоения программы

В результате успешного освоения программы обучающиеся смогут овладеть специальными знаниями, умениями и навыками.

К ним относятся:

- знания о различных эмоциях и эмоциональных состояниях, чувствах и их роли в нашей жизни;
- способность обучающихся адекватно взаимодействовать с различными людьми, осознавая и понимая при этом свои и чужие эмоции и чувства;
- навыки самоанализа и рефлексии, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Личностные:

- устойчивая адекватная самооценка обучающихся;
- развитие воображения, творческих способностей;
- способность оценивать и корректировать свои действия исходя из задач коммуникации.

Метапредметные:

- умение выражать своё психоэмоциональное состояние посредством художественного образа;
- умение регулировать внимание, включаться в деятельность группы, переключать внимание в процессе смены видов работы;
- умение выражать собственное мнение, отстаивать свою позицию, сохраняя личные границы и не нарушая границ другого.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации – государственный язык Российской Федерации (русский язык).

Формы обучения: очно/платно.

Особенности реализации ДОП: программа реализуется на базе ЦППМСП Московского района.

Условия набора и формирования групп. На занятия принимаются обучающиеся с повышенным уровнем тревожности, испытывающие трудности в коммуникации с другими людьми (взрослыми и сверстниками), недостаточно развитой эмоциональной сферой. Группы формируются педагогом-психологом по результатам диагностики и индивидуальной беседы с учётом уровня развития и возраста детей. Для участия в программе необходимо письменное согласие родителей (законных представителей) детей на работу педагога-психолога.

Формы организации занятий: занятия проходят индивидуально или в однородных возрастных группах до 12 человек.

Форма проведения занятий: игра, мастер-класс, творческая мастерская, тренинг.

Материально-техническое оснащение ДОП:

- помещение, оборудованное столами и стульями;
- мультимедийное оборудование, проектор, флипчарт;
- бумага, карандаши, фломастеры, краски.

Кадровое обеспечение ДОП: Программа может быть реализована педагогом-психологом ГБУ ЦППМСП Московского района Санкт-Петербурга, имеющим соответствующую подготовку для работы с детьми.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Общее знакомство с эмоциями «Я и мой мир»	1	0,5	0,5	Самоанализ; наблюдение. Диагностика
2.	Знакомство с эмоциями	1	0,5	0,5	Самоанализ, наблюдение
3.	Чувства в цветах	1	0,5	0,5	Самоанализ; наблюдение
4.	Коррекция страхов	1	0,5	0,5	Самоанализ; наблюдение. Диагностика
5.	Коррекция агрессивного поведения	1	0,5	0,5	Самоанализ; наблюдение. Диагностика
6.	Что я нового в себе открою?	1	0,5	0,5	Самоанализ, рефлексия; наблюдение. Диагностика
7.	Вербальное и невербальное общение, способы проявления эмоций	1	0,5	0,5	Самоанализ; наблюдение.
8.	Поговорим о чувствах в цветах и действиях	1	0,5	0,5	Самоанализ, рефлексия; наблюдение.
9.	Развитие эмоционального интеллекта, идентификация эмоций	1	0,5	0,5	Самоанализ, рефлексия; наблюдение. Диагностика
10.	Заключительное обобщающее занятие	1	0,5	0,5	Самоанализ, рефлексия; наблюдение. Обратная связь
Всего		10	5	5	

Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы «Арт- творчество. Познай себя и мир вокруг»

Задачи

Обучающие:

- познакомить обучающихся с миром человеческих эмоций;
- обучить навыкам самоанализа, рефлексии;
- способствовать формированию умения учитывать позицию другого человека, его точку зрения.

Развивающие:

- способствовать развитию коммуникативных навыков;
- способствовать развитию творческих способностей обучающихся;
- способствовать развитию эмпатии, как понимания чувств других людей и сопереживания им;
- способствовать развитию адекватной самооценки.

Воспитательные:

- способствовать формированию понимания ценности отношений в жизни человека;
- способствовать воспитанию творчески активной и самостоятельной личности;
- воспитывать в детях уважение к себе и к другим.

Содержание

1. Вводное занятие. Общее знакомство с эмоциями «Я и мой мир».

Теория: о разнообразии мира эмоций, их значении в общении между людьми.

Практика: знакомство; диагностика эмоционального состояния, проективная методика «Волшебная страна чувств» (Приложение 1), проективная методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» (Приложение 2).

Формы контроля: самоанализ; наблюдение; диагностика

2. Знакомство с эмоциями

Теория: виды эмоций, их проявления

Практика: анализ притч, сказок, беседа.

Формы контроля: самоанализ; наблюдение

3. Чувства в цветах

Теория: о чувствах и цветах

Практика: арт-терапевтические упражнения (рисование крупой, гербарий), беседа, анализ различных эмоций.

Формы контроля: самоанализ; наблюдение

4. Коррекция страхов

Теория: про страхи

Практика: диагностика страхов (структурный опросник детских страхов (СОДС) для детей младшего школьного возраста); игры на песке.

Формы контроля: самоанализ; наблюдение; диагностика

5. Коррекция агрессивного поведения

Теория: что такое агрессия

Практика: рисуночный тест «Нарисуй кактус»; беседа, психологическая игра, анализ сказки.

Формы контроля: самоанализ; наблюдение; диагностика

6. Что я нового в себе открою?

Теория: эмоции как отражение нашего внутреннего мира

Практика: арт-терапевтические упражнения «Карта внутреннего мира», автор Т. Зинкевич-Евстигнеева.

Формы контроля: самоанализ; наблюдение; диагностика

7. Вербальное и невербальное общение, способы проявления эмоций

Теория: вербальное и невербальное общение, возможности невербального проявления эмоций

Практика: игра «Передай эмоцию мимикой», «Я люблю - ..., что любишь ты?», работа с бланком эмоциональных состояний

Формы контроля: самоанализ; наблюдение

8. Поговорим о чувствах в цветах и действиях

Теория: проявления чувств

Практика: игровая терапия; рисование.

Формы контроля: самоанализ, рефлексия; наблюдение

9. Развитие эмоционального интеллекта, идентификация эмоций

Теория: что такое эмоциональный интеллект

Практика: чтение и анализ историй. Работа с карточками эмоций. Тестирование. Проективная методика «Три желания».

Формы контроля: самоанализ, рефлексия; наблюдение; диагностика

10. Заключительное обобщающее занятие

Теория: обобщение информации

Практика: анализ чувств и эмоций, беседа.

Формы контроля: самоанализ, рефлексия; наблюдение, обратная связь

Планируемые результаты

В результате успешного освоения программы обучающиеся смогут овладеть специальными знаниями, умениями и навыками. К ним относятся:

- знания о различных эмоциях и эмоциональных состояниях, чувствах и их роли в нашей жизни;
- способность обучающихся адекватно взаимодействовать с различными людьми, осознавая и понимая при этом свои и чужие эмоции и чувства;
- навыки самоанализа и рефлексии, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Личностные:

- устойчивая адекватная самооценка обучающихся;
- развитие воображения, творческих способностей;
- способность оценивать и корректировать свои действия исходя из задач коммуникации.

Метапредметные:

- умение выражать своё психоэмоциональное состояние посредством художественного образа;
- умение регулировать внимание, включаться в деятельность группы, переключать внимание в процессе смены видов работы;
- умение выражать собственное мнение, отстаивать свою позицию, сохраняя личные границы и не нарушая границ другого.

Методические и оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся:

- **входной контроль** на первом занятии - оценка уровня тревожности, самооценки и психоэмоционального состояния обучающихся;
- **итоговый контроль** - оценка качества изменений уровня тревожности, самооценки и психоэмоционального состояния обучающихся в результате освоения ими программ
- **промежуточный контроль** – самоанализ, рефлексия обучающихся, наблюдение, диагностика.

Формы контроля (подведения итогов):

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических творческих заданий педагога;
- анализ на каждом занятии педагогом и обучающимися качества выполнения работ и приобретенных навыков общения;
- диагностика.

Для диагностики используются следующие методики:

1. Проективная методика «Волшебная страна чувств», Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов (Приложение 1).
2. Проективная методика «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций», цель: выявить эмоциональную ориентацию ребёнка – на мир вещей или на мир людей (Приложение 2).
3. Проективная методика «Три желания», цель: выявить эмоциональную ориентацию ребёнка на себя или на других людей.

Бланк методики «Волшебная страна чувств»

Ф. И. _____

Дата _____

Волшебная страна чувств

Домики:



Жители:

Радость

Удовольствие

Страх

Вина

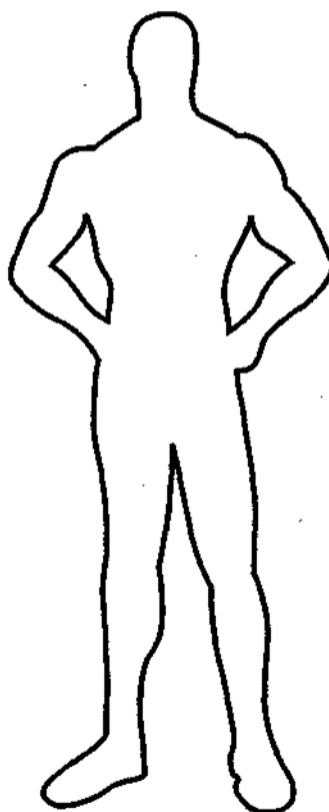
Обида

Грусть

Злость

Интерес

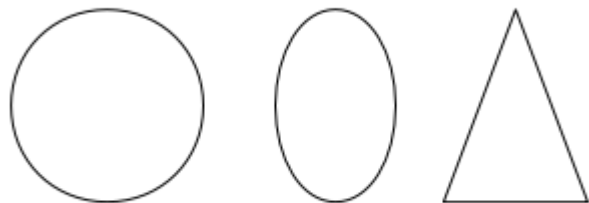
Карта страны



ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Бланк методики «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций»

Имя _____, _____ дата проведения диагностики



Методические материалы

Описание методов, приемов, технологий, практик, используемых при реализации программы:

Беседа – диалогический метод обучения, при котором учитель путем постановки тщательно продуманной системы вопросов подводит учеников к пониманию нового материала или проверяет усвоение ими уже изученного.

Создание комфортной эмоциональной атмосферы – создание в коллективе психологического климата, при котором участники образовательного процесса ощущают себя безопасно, принято и эмоционально защищено.

Рассказ – монологическое изложение учебного материала, применяемое для последовательного, систематизированного, доходчивого и эмоционального преподнесения знаний.

Объяснительно-иллюстративная игра – игровая форма обучения, в которой педагог сочетает объяснение материала с наглядной демонстрацией, используя игровые элементы для повышения вовлеченности и понимания.

Сюжетно-ролевая игра – игра, в которой ребенок примеряет на себя поведение, отношения и действия окружающих взрослых людей.

Перечень дидактических средств, ЭОР:

- канцелярские принадлежности (карандаши, фломастеры, краски, бумага);
- тематические карточки;
- реквизит для проведения игр;
- анкеты для родителей;
- презентации.

Информационные источники:

1. Авидон И., Гончукова О. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг. СПб.: Изд-во «Речь», 2006.
2. Бабич О.И. Тренинг эмоционально-волевого развития дошкольников и младших школьников»: Изд-во «Речь», СПб., 2010.
3. Бурдина С.В. Наши чувства. Демонстрационный материал для занятий в группах детских садов и индивидуально. Киров: Весна-Дизайн, 2010.
4. Габдракипова В.И., Эйдемиллер Э.Г. Психологическая коррекция детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью. Методические рекомендации. УЦ «Перспектива», М., 2009.
5. Изард К. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2000.
6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2000.
7. Киселёва М.А. Арт-терапия в работе с детьми. Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб.: Речь, 2006.
8. Ковалец И.В. Азбука эмоций. Практическое пособие с детьми, имеющими отклонение в психофизическом развитии и эмоциональной сфере. Гуманитарный Издательский центр «Владос», М., 2004.
9. 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.
10. Маслова Т.М. Развитие эмоциональной сферы дошкольников с помощью шедевров мировой живописи. Учебно-наглядное пособие. Изд-во «Белый город», М., 2004.
11. Раздрокина Л. Танцуй на здоровье. Танцевально-игровые тренинги. Ростов-на-Дону: изд-во «Феникс», 2007.
12. Русские народные сказки. Заюшкина избушка. М.: Изд-во «Дет. Лит.», 1996.
13. Сакович Н.А. Практика сказкотерапии. Психологический тренинг. СПб.: Речь, 2004.
14. Фопель Клаус. Как научит детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Практическое пособие. Перевод с немецкого в 4-х томах, М.: Генезис, 1998.
15. Чуричков А., Снегирев В. Копилка для тренера. Сборник разминок, необходимых в

любом тренинге. СПб.: Изд-во «Речь», 2006.

16. Эмоциональный интеллект ребёнка. Практическое руководство для родителей / Джон Готтман, Джоан Деклер. – Москва: Издательство МИФ, 2020. – 296с. (МИФ. Детство).

Литература для детей и их родителей (для совместного чтения и обсуждения прочитанного):

1. Лабиринт души: Терапевтические сказки / Под ред. О.В. Хухлаевой, О.Е. Хухлаева. - 16-е изд. - Москва: Академический проект, 2021. - 207 с. (Психологические технологии: Сказкотерапия).

2. Психология детям. Добро и его друзья/ Ю. Б. Гиппенрейтер. - Москва: Издательство АСТ, 2020. – 64с.: ил. (Психология для детей).

3. Отчего у ёжика выросли иголки: терапевтические сказки / О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева. Москва: Издательство «Проспект», 2022. – 16с.

4. Кто самый лучший? И другие терапевтические сказки для детей, которые... О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева. - Москва: Издательство «Проспект», 2023. – 64с.

5. Чего мне волноваться? И другие терапевтические сказки для детей, которые... О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева. - Москва: Издательство «Проспект», 2023. – 48с.

6. О ленивой звёздочке. И другие терапевтические сказки для детей, которые... О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева. - Москва: Издательство «Проспект», 2022. – 64с.

7. Льенас, Анна. Разноцветный монстрик: [для дошкольного возраста] / Анна Льенас; пер. с испанского Полины Казанковой. – М.: Лимонад, 2021. – 48с.

Литература для родителей:

1. Большая книга общения с ребёнком / Ю.Б. Гиппенрейтер. - Москва: Издательство АСТ, 2019. - 496с.: ил. (Гиппенрейтер).

2. Тайная опора. Привязанность в жизни ребёнка / Людмила Петрановская. - Москва: Издательство АСТ, 2022. - 288с.: ил. (Библиотека Петрановской).

3. Если с ребёнком трудно / Людмила Петрановская. - Москва: Издательство АСТ, 2021. - 142с.: ил. (Библиотека Петрановской).

Оценочные материалы

Педагогическое наблюдение – это непосредственное восприятие, познание педагогического процесса в естественных условиях (например, в процессе учебной внеклассной работы и т.д.)

Беседа – целенаправленный диалог между педагогом и обучающимися, в ходе которого анализируются результаты деятельности, дается обратная связь, корректируются цели и мотивируется дальнейшее развитие.

Дискуссия – это целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной темы.

Анализ выполнения заданий – процесс оценки и разбора результатов выполненных заданий с целью выявления уровня усвоения материала, ошибок, затруднений и эффективности применяемых методов обучения.

Вид контроля

Анкетирование родителей – метод сбора информации от родителей (законных представителей) с помощью специально разработанных опросников (анкет) с целью изучения их мнений, потребностей, оценки различных аспектов образовательного процесса.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся:

– **текущий контроль** на занятиях в течение всего периода обучения по программе;

– **итоговый контроль** - оценка уровня и качества освоения обучающимися ДОП по завершении периода обучения по программе.

Показатели и критерии оценки результативности для обучающихся

Группа показателей	Признак	Критерии
<i>Личностные характеристики</i>	<ul style="list-style-type: none"> – любознательность; – целенаправленный познавательный интерес в изучении многообразия мира профессий; – часто рассказывает о предпочитаемой профессиональной деятельности. – участие в ролевых играх, моделирующих профессиональные ситуации 	<p>3 балла - качество проявляется всегда;</p> <p>2 балла - качество проявляется часто;</p> <p>1 балл - качество проявляется редко;</p> <p>0 баллов - качество не проявляется.</p>
<i>Метапредметная компетентность</i>	<ul style="list-style-type: none"> – осознанное поведение в быту, организации пространства; – развитие коммуникативных навыков; – развитие навыков самопрезентации; – проявление аккуратности и ответственности при выполнении заданий. 	<p>3 балла - признак сформирован <i>полностью</i>;</p> <p>2 балла - признак сформирован частично, наблюдается <i>незначительное отставание</i> от уровня метапредметной компетентности;</p> <p>1 балл - признак сформирован частично, наблюдается <i>значительное отставание</i> от уровня метапредметной компетентности;</p> <p>0 баллов - признак не сформирован</p>
<i>Предметная компетентность</i>	<ul style="list-style-type: none"> – проявление интереса к рассказам о различных профессиях. – участие в беседах и играх на тему профессий с проявлением заинтересованности. – участие в ролевых играх, моделирующих профессиональные ситуации 	<p>3 балла - признак сформирован <i>полностью</i>;</p> <p>2 балла - признак сформирован частично, наблюдается <i>незначительное отставание</i> от уровня предметной компетентности;</p> <p>1 балл - признак сформирован частично, наблюдается <i>значительное отставание</i> от уровня предметной компетентности;</p> <p>0 баллов - признак не сформирован.</p>