

Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Красноглинский»
городского округа Самара

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Арт-терапия»**

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: 7-9 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик:
Осипова Александра Александровна,
педагог дополнительного образования

Самара, 2025

Оглавление

Краткая аннотация.....	3
1.Пояснительная записка.....	3
2.Учебный план	11
3. Учебно-тематический план первого года обучения.....	12
4. Учебно-тематический план второго года обучения.....	18
5. Раздел Воспитание.....	25
6. Ресурсное обеспечение программы.....	26
7. Список литературы и интернет-ресурсов.....	30

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **социально-гуманитарной направленности «Арт-терапия»** рассчитана на два года обучения и имеет **базовый уровень освоения**. Рассчитана на обучающихся в возрастном диапазоне 7 - 9 лет.

Отличительной особенностью программы является модульное построение ее содержания. Программа включает в себя 3 тематических модуля, дополняющих друг друга, способствующих достижению основной цели общеобразовательной программы.

Программа способствует в становлении базовых свойств личности ребенка: самооценки, эмоционально-потребностной сферы, нравственных ценностей, смыслов и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

1. Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);

- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центра дополнительного образования «Красноглинский» г.о. Самара;
- Лицензия на образовательную деятельность;
- Другие локальные акты учреждения.

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Уровень освоения программы - базовый.

Из всего многообразия видов и методов психотерапии арт-терапия выгодно отличается своими техниками, упражнениями в решении широкого спектра психологических проблем. Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт – терапия ненавязчиво исцеляет психику, знакомит с окружающим миром, позволяет увидеть мир вокруг себя прекрасным и гостеприимным. Арт – терапия предлагает ребенку выразить свои эмоции, чувства с помощью лепки, рисования, конструирования из природных материалов. Переживая образы, человек обретает свою цельность, неповторимость и индивидуальность.

Арт - терапия это наиболее мягкий метод работы, контакта с трудными проблемами. Ребенок может не говорить, или не может признать свои проблемы своими, но при этом для него доступно: лепить, двигаться и выразить себя через движением телом. Также занятия арт-терапией могут снимать психическое напряжение. В занятии арт-терапии очень важно, чтобы ребенок чувствовал свой успех в этом деле. Если он видит, что имеет успех в выражении и отображении своих эмоций. В создании уникальных поделок, рисунков, к нему приходит успех в общении, а взаимодействие с миром становится более конструктивным. Успех в творчестве в его психике бессознательно переносится и на обычную жизнь. Арт – терапия позволяет сделать этот процесс радостным, интересным, успешным, индивидуальным для каждого.

Арт-терапия основана на спонтанном самовыражении и в известной мере игнорирует эстетические критерии в оценке его результатов и профессионализма автора. И для того и для другого более важен сам процесс творчества, а не результат.

Актуальность программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г., всестороннее гармоничное развитие личности ребенка через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия, самый продуктивный и незаменимый способ психологической работы с детьми.

Обучение по данной программе позволяет создать благоприятные условия для интеллектуального и духовно – нравственного воспитания личности обучающегося, развития познавательной активности и творческой самореализации.

В процессе обучения дети могут научиться эффективному эмоциональному реагированию, развитию коммуникативных навыков и волевых качеств, затрагиваются

нераскрытые дарования, что существенно повышает социальную адаптацию младших школьников.

Содержание данной программы ориентировано на удовлетворение индивидуальных потребностей детей в художественно-эстетическом развитии и реализации своего творческого потенциала, эмоциональное благополучие ребенка: уверенность в себе, чувство защищенности и жизненные успехи, а также на сохранение культурной самобытности и национальных традиций, что **является приоритетным направлением развития Самарской области.**

Педагогическая целесообразность и воспитательный потенциал программы состоит в том, что применяемые формы и методы обучения помогают увлечь детей, замотивировать их на активное участие, достижение результатов и побудить их к осознанному овладению практическими приемами снятия эмоционального напряжения, тревожности.

Занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми обучающимися в едином коллективе. Принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей обучающихся, государственных праздников и выходных дней.

Важным аспектом реализации программы является создание положительного эмоционального настроения, развитию воображения, практических навыков изобразительной деятельности, художественной способности в целом у детей.

Обучение по программе также повышает адаптационные способности ребенка к повседневной жизни. Снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления.

Новизна программы заключается в применении уникального подхода к развитию детей в возрасте 7-9 лет. Она сочетает игровой формат с творческими заданиями, что позволяет ребятам легко вовлекаться в процесс и получать удовольствие от занятий. Простота и доступность заданий помогают избежать стресса и обеспечивают комфортное освоение новых навыков. Творческая свобода дает возможность каждому ребенку выражать свои мысли и чувства без ограничений, развивая индивидуальность и уверенность в себе.

Учитывая требования современного дополнительного образования, программа реализует основные идеи и цели дополнительного образования детей: воспитании

художественной культуры детей, развитие их интереса к познанию окружающего мира, а также познанию себя, как целостной единицы, их адаптации в современном обществе; сохранение и охрана здоровья детей; ориентация на индивидуальные особенности воспитанника; закладывание основ духовной и коммуникативной культуры.

Программа разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально эффективно в коррекции различных отклонений и нарушений личностного развития.

Содержание программы каждого года обучения состоит из трех автономных модулей, дополняющих друг друга и способствующих достижению основной цели. Каждый из модулей имеет свою специфику и направлен на решение своих собственных педагогических задач.

Модули обучения:

- «Мир эмоций»
- «Познай себя»
- «Эффективное общение»

Данная программа является вариативной по способу применения. **В зависимости от ситуации и возможностей темы занятий могут осуществляться в дистанционном режиме.**

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных образовательных технологий:

- разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием;
- online-занятие, видео-лекция; online-консультация;
- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов;
- инструкции по выполнению практических заданий;
- тестовые задания;
- контрольные задания;
- и др.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: Zoom, Discord, Googl Form, Skype, чаты в Viber, WatsUp, Вконтакте, Одноклассники и другие, позволяющие создание закрытых или публичных сообществ и чатов для группы или направления деятельности.

В сообществах происходит не только публикация записей с важной информацией и участие в обсуждениях, но и осуществляется хранение учебных документов, конспектов, создаются прямые трансляции занятий, записываются видео, размещаются учебные материалы: презентации, таблицы, картинки, аудио, - видеофайлы и др.

Цель программы: формирование психологического здоровья детей, развитие познавательных функций, привлечение детей к активной продуктивной деятельности посредством занятий арт-терапией.

Задачи программы:

1. Обучающие:

- способствовать самопознанию ребенка, осознанию своих характерных особенностей и предпочтений;
- обучать ребенка положительному самоотношению и принятию других людей;
- учить ребенка выражать свою любовь;
- обучать рефлексивным умениям.

2. Развивающие:

- развивать у ребенка социальные и коммуникативные навыки поведения;
- развить положительные эмоции и волевые качества;
- расширять представления о самих себе, развитие интереса к самому себе.
- развивать уверенность в себе, повышении самооценки, творческих способностей.

3. Воспитательные:

- вырабатывать у ребенка положительные черты характера;
- корректировать нежелательные черты характера и поведения;
- формировать у ребенка потребность в саморазвитии;
- стимулировать творческое самовыражение, раскрытие своего «Я».
- сплочение детского коллектива.

Адресат программы.

Программа ориентирована на обучение детей в возрасте от 7 до 9 лет. Для обучения по данной программе принимаются все желающие, согласно Уставу учреждения и соответствующим локальным актам, **в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья.**

Продолжительность реализации программы: 2 года.

Объем учебных часов:

На обучение по учебному плану предусмотрены 144 часа занятий.

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю по 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Наполняемость групп: 12 - 15 человек.

Условия набора: набор детей проводится независимо от уровня их подготовки по данному направлению. В группу принимаются и девочки и мальчики.

Кадровое обеспечение. Обучение по данной программе может осуществлять один педагог.

Форма занятий:

В проведении занятий используются групповые, индивидуальные и коллективные формы работы.

Планируемые результаты, получаемые обучающимися в результате освоения программы.

В результате освоения программы обучающиеся будут иметь следующие результаты:

Предметные результаты:

- будут знать правила взаимодействия в коллективе и в различных жизненных ситуациях;

- будут знать методы отреагирования чувств и переживаний в процессе творчества;

- будут знать приемы корректного выражения эмоций.

Метапредметные результаты:

- разовьют навыки творческого мышления;
- разовьют моторные способности детей, через овладение ручными многообразными операциями, влияющие на их психофизические функции;

- разовьют способности поиска альтернативных способов действия.

Личностные результаты:

- демонстрируют доброжелательность к людям и самому себе;
- демонстрируют тактику поведения в различных ситуациях;
- проявляют уважение к моральным ценностям (дружба, добро, справедливость).

Ожидаемые результаты.

Программа педагогической арт-терапии обеспечивает наиболее оптимальное достижение цели выявления перспектив социокультурного развития личности ребенка через активизацию и интенсификацию арт-деятельности школьников в условиях детского коллектива:

- развитие эмоциональной сферы и творческой активности;
- повышение мотивации к управлению своими эмоциями и чувствами;
- развитие и коррекция коммуникативных качеств личности, навыков конструктивного общения;
- активное участие в создании творческих работ;
- позитивный настрой детей в работе.

Критерии и способы определения результативности.

Критерием эффективности проведенной работы является формирование навыков эмоционального интеллекта, умение контактировать с другими детьми и взрослыми, повышение самооценки ребенка и уверенности в себе, развитие познавательных функций, двигательной активности, навыков самоконтроля, появления у детей увлечений и интересов.

Способы определения результативности

В начале занятий и по окончании курса занятий проводится повторная диагностика. На нескольких занятиях детям даются задания на определение уровня развития памяти, внимания, мышления, эмоционального интеллекта, а также ребята проходят повторное тестирование на определение уровня самооценки, тревожности, наличия страхов.

Уровень развития самоконтроля оценивается методом наблюдения за выполнением ребенком заданий.

Виды и формы контроля и диагностики результатов

Программа предусматривает осуществление контроля на различных этапах процесса обучения:

–Предварительный контроль (на начальном этапе обучения с целью определения уровня готовности к восприятию учебного материала)

–Текущий контроль (в процессе обучения с целью выявления пробелов в усвоении материала программы)

–Итоговый контроль (в конце курса обучения с целью диагностирования уровня усвоения программного материала и соответствия прогнозируемым результатам обучения). По завершению коррекционных мероприятий составляется аналитический отчет о результатах эффективности программы.

Методы контроля и диагностика результатов: наблюдение, опрос, беседа, анкетирование, тестирование, анализ творческих работ, презентация, итоговое занятие.

Краткое описание направлений Арт-терапии.

Изотерапия – одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Щадящая методика такой психотерапевтической практики позволяет успешно использовать изотерапию в работе не только с взрослыми, но и с детьми разного возраста.

Цветотерапия – метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния индивида в ходе занятий цветотерапией.

Сказкотерапия - психологическое консультирование с использованием сказок, метод практической психологии. Сказкотерапия разнопланово использует потенциал сказок, открывающий воображение, позволяющий метафорически выражать те или иные жизненные сценарии. В ходе сказкотерапии, сказка может использоваться по-разному. Например, специалист-психолог, педагог предлагает клиенту обсудить трактовки сказки, или придумать сказку самостоятельно, или представить себя одним из персонажей, или инсценировать сказку. Эти и другие методы сказкотерапии выбираются в зависимости от конкретной психотерапевтической ситуации.

Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной музыкотерапии консультируемый получает возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивной – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект. Музыкотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

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.

Игротерапия — вид психотерапии, в которой специально обученный игротерапевт использует терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь взрослому или ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Мандалотерапия - (рисование, раскрашивание в круге, плетение мандал из ниток).

Фото – терапия - вид психотерапии в работе практического психолога, педагога, для решения разного рода психологических проблем (для снижения интенсивности либо полного устранения таких негативных состояний, как тревога, неуверенность, депрессия), а также развития и гармонизации личности.

Ассоциативно - метафорические карты — метод психотерапии, который позволяет

стимулировать творчество и интуицию, развивать все когнитивные процессы у детей: воображение, память, внимание. Снимать психологическое и эмоциональное напряжение. Создавать атмосферу безопасности и доверия. Позволяет ребенку создать и прожить ситуации в прошлом, настоящем и будущем. Запускает механизмы поиска внутренних ресурсов, поиска механизма выхода из критического состояния.

2. Учебный план

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		теория	практика	всего
1 год обучения				
1.	Модуль 1 «Мир эмоций»	24	24	48
2.	Модуль 2 «Познай себя»	24	24	48
3.	Модуль 3 «Эффективное общение»	24	24	48
	Всего	72	72	144
2 год обучения				
1	Модуль 1 «Мир эмоций»	24	24	48
2	Модуль 2 «Познай себя»	24	24	48
3	Модуль 3 «Эффективное общение»	24	24	48
	Всего	72	72	144

3. Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Модули	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Модуль 1 «Мир эмоций»	24	24	48
2	Модуль 2 «Познай себя»	24	24	48
3	Модуль 3 «Эффективное общение»	24	24	48
	Всего	72	72	144

Модуль 1. Мир эмоций

Цель модуля: создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, безопасности, взаимопомощи и эмоциональной поддержки.

Задача модуля:

- научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции, переживания;
- знакомить ребёнка с языком эмоций, учиться пользоваться ими для проявления собственных чувств и переживаний, и для понимания эмоционального состояния другого.

Учебно-тематический план модуля «Мир эмоций»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Организационное занятие. Правила ТБ, ППБ, и о предотвращении терроризма. Знакомство с формами, методами, средствами обучения. Игры на знакомство.	2	2	4	Беседа/опрос/игротерапия
2.	Диагностика. «Свободный рисунок». «Семья животных»	2	2	4	Тестирование
3.	Вхождение в сказку.	2	3	5	Игротренинг.
4.	Занятия с пластилином.	2	3	5	Творческая работа
5.	Маскотерапия.	2	3	5	Творческая работа
6.	Телесно-ориентированная терапия.	2	3	5	Творческая работа
7.	Нейрогимнастика.	2	6	8	Упражнения по нейрогимнастике.
8.	«Характер и чувства».	2	4	6	Творческая работа
9.	Музыка-терапия.	2	4	6	Беседа/опрос/викторина
	ИТОГО:	18	30	48	

Содержание модуля «Мир эмоций».

Вводное занятие.

Тема 1. Организационное занятие.

Теоретическая часть. Инструктаж по технике безопасности. Изотерапия. Лекция-теория: Знакомство с формами, методами, средствами обучения.

Практическая часть. Игры на знакомство: «Мое имя», «Имя жест», «Молекулы

хаос», «Мяч по кругу». Зарисовка летних пейзажей «Путешествие в лето».

Тема 2. Диагностика. «Свободный рисунок», «Семья животных». *Теоретическая часть.* «Волшебная песочная страна». Песочная терапия.

Практическая часть. Игры с песком. Создание страны на песочном поле.

Тема 3. Сказкатерапия.

Теоретическая часть: «В гостях у Русских народных сказок».

Практическая часть. Проработка положительных и отрицательных образов героев, их внутреннего мира, характера, в русских народных сказках.

Тема 4. Занятия с пластилином.

Теоретическая часть. Техники пластилинографии.

Практическая часть. Упражнение «Мои друзья», поделка «Животные».

Тема 5. Маскотерапия. Куклотерапия.

Теоретическая часть. Изучение метода маскотерапии и куклотерапии.

Практическая часть. Изготовление масок образов, героев русских народных сказок. Изготовление куклы из ниток.

Тема 6. Телесно-ориентированная терапия.

Теоретическая часть. Приемы телесно – ориентированной терапии.

Практическая часть. Упражнение: «Жмяк-жмяк», «Гуляем по лесу», «Командные игры на сближение».

Тема 7. Нейрогимнастика.

Теоретическая часть. Изучение новых упражнений. Блок №1, №2.

Практическая часть. Упражнения на зажимы, расслабления: «Музыкальный калейдоскоп», «Движения перекресты».

Тема 8. Арт-терапия. Характер и чувства.

Теоретическая часть. Изучение направлений: «Мандала», «Трафареты».

Практическая часть. Упражнения: «Круг желаний», «Рисунки природы по сырому листу», «Групповое рисование мандалы», «Трафареты цветы и фигуры».

Тема 9. Музыкотерапия. Игротерапия.

Теоретическая часть. Беседы о методах музыкотерапии, о сплочение коллектива.

Практическая часть. «Музыкальные этюды в лирическом настроении». Игровой тренинг: «Морская прогулка».

Модуль 2. Познай себя

Цель модуля: побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций, обсуждению предложенных тем, предоставлению обратной связи, анализу групповых ситуаций,

проблем отдельных участников.

Основная задача модуля «Познай себя»:

- помочь ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он уникален и неповторим, как каждый человек;
- раскрыть в ребёнке его потенциал общения, развивать и совершенствовать его возможности поддерживая в ситуациях, как успеха, так и неудачи.

Учебно-тематический план модуля «Познай себя»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
	Диагностика. «Семья деревьев». Раскраски «Антистресс».	2	2	4	Тестирование
2.	Игротерапия и драматерапия	2	2	4	Беседа/опрос/игротерапия
3.	Вхождение в сказку.	2	3	5	Творческая работа
4.	Танцевально-двигательная терапия	2	3	5	Тренинг
5.	Маскотерапия.	2	3	5	Творческая работа
6.	Цветотерапия.	2	3	5	Творческая работа
7.	Нейрогимнастика	2	6	8	Упражнения по нейрогимнастике.
8.	Телесно-ориентированная терапия	2	4	6	Упражнения по телесной терапии
9.	Музыкотерапия и аромотерапия.	2	4	6	Беседа/опрос/викторина
	ИТОГО:	18	30	48	

Содержание модуля «Познай себя».

Тема 1. Диагностика. «Семья деревьев».

Теоретическая часть. Выполнение теста по инструкции, «Раскраски антистресс».

Практическая часть. Изотерапия. Техника: «Набрызгивание», «Рисунок природы».

Тема 2. Игротерапия. Драматерапия.

Теоретическая часть. Беседа о методах игротерапии и драматерапии.

Практическая часть. Этюды: «Водопад», «Зоопарк».

Тема 3. Сказкотерапия.

Теоретическая часть: Ознакомление со сказками народов мира». *Практическая часть.* Проработка образов героев, их характера. Зарисовки героев сказок.

Тема 4. Танцевально-двигательная терапия.

Теоретическая часть: Беседа о методе. Инструктаж.

Практическая часть. Упражнения: «Передай движение», «Хоровод», «Молекулы».

Тема 5. Маскотерапия.

Теоретическая часть. Беседа о внутренних состояниях и образов героев сказок.

Практическая часть. Изготовление масок героев сказки.

Тема 6. Цветотерапия и коллажирование.

Теоретическая часть. Изучение спектра цветов.

Практическая часть. Техника набрызгивание. Рисунки времен года. Коллаж: «Моя семья».

Тема 7. Нейрогимнастика.

Теоретическая часть. Изучение новых упражнений.

Практическая часть. Упражнения на зажимы, расслабления: «Апельсин, лимон», «Морская звезда», «Перетягивание каната».

Тема 8. Телесно-ориентированная терапия.

Теоретическая часть. Беседа о методе телесно-ориентированной терапии.

Практическая часть. Тренинг: «Убери свой страх». Упражнения: «Плавные движения», «Обзывание овощами, фруктами», «День и ночь».

Тема 9.

Музыкотерапия и ароматерапия.

Теоретическая часть. Изучение направлений музыкотерапии и ароматерапии.

Практическая часть. Викторина. Упражнения: «Рисуем фантазии», «Звуки и запахи природы».

Модуль 3. Эффективное общение

Цель модуля: формирование значимых групповых норм взаимодействия, развитие ценных социальных навыков, улучшение межличностных отношений.

Основная задача модуля «Эффективное общение»:

- обучение детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми;
- формировать коммуникативные навыки;
- учить устанавливать и поддерживать контакты, решать конфликтные ситуации в общении.

Учебно-тематический план модуля «Эффективное общение»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
	Диагностика. «Рисунок на свободную тему». «Барашек в бутылке». «Тест руки».	2	2	4	Тестирование
2.	Игротерапия	2	2	4	Беседа/опрос/игротерапия
3.	Работа с ассоциативно-метафорическими картинками	2	3	5	Беседа/опрос/игротерапия
4.	Музыкатерапия	2	3	5	Викторина
5.	Маскотерапия.	2	3	5	Творческая работа
6.	Цветотерапия.	2	3	5	Творческая работа
7.	Нейрогимнастика и тренинги	2	6	8	Упражнения по нейрогимнастике Тренинг.
8.	Телесно-ориентированная терапия	2	4	6	Упражнения по телесной терапии
9.	Арт-терапия	2	4	6	Беседа/творческая работа
	ИТОГО:	18	30	48	

Содержание модуля «Эффективное общение».

Тема 1. Диагностика. «Рисунок на свободную тему», «Барашек в бутылке», «Тест руки».

Теоретическая часть. Выполнение теста по инструкции, «Раскраски антистресс».

Практическая часть. Игровой тренинг: «Страна героев», «Веселые старты для школьников».

Тема 2. Игротерапия и драмотерапия.

Теоретическая часть. Беседа о методах игротерапии и драмотерапии.

Практическая часть. Упражнения: «Водопад», «Зоопарк».

Тема 3. Работа с ассоциативными - метафорическими картинками.

Теоретическая часть. Беседа о методе метафорических образов.

Практическая часть. Создание метафорических образов: «Зонтики».

Тема 4. Музыкотерапия.

Теоретическая часть. Беседа о композиторах.

Практическая часть. Упражнения: «Музыкальные этюды», «Почтовые конверты».

Тема 5. Маскотерапия и изотерапия.

Теоретическая часть. Беседа о совмещении методов.

Практическая часть. Изготовление масок образов, героев сказок. Упражнения: «Маски героев сказки», «Рисунки настроений на мятой бумаге».

Тема 6. Цветотерапия. Танцевальная терапия.

Теоретическая часть. Беседа о техниках совмещения.

Практическая часть. Упражнения: «Мороженое и лед», «Горная речка», «Переход через болото», «Волшебные краски природы». Коллаж «Цветочный мир».

Тема 7. Нейрогимнастика и тренинги.

Теоретическая часть. Изучение новых упражнений, нейроупражнения: блок №2, №3.

Практическая часть. Тренинг «Убери свой страх», «Страна героев». Упражнения по нейрогимнастике: «Музыкальный калейдоскоп».

Тема 8. Телесно-ориентированная терапия.

Теоретическая часть. Беседа о методах телесно-ориентированной терапии.

Практическая часть. Упражнения: «Деревья», «Липучки», «Рисование по стеклу, парное рисование».

Тема 9. Арт-терапия. Мандалотерапия. Игры на логику.

Теоретическая часть. Беседа и викторина о методах арт-терапии, приемов логического мышления.

Практическая часть. Упражнения: «Рисунок в стиле мандалы с использованием ниток, ткани, бусинок», «Групповое рисование по кругу общей мандалы». Игры на логику «Слова перевертыши, двойного значения, загадки». Упражнения: «Чернильные пятна и фигуры», «Работа с тканью, песком и красками», «Рисунок акварелью на воде», «Рисуем мечты».

4. Учебно-тематический план 2 года обучения.

№	Модули	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Модуль 1 «Мир эмоции»	24	24	48
2	Модуль 2 «Познай себя»	24	24	48
3	Модуль 3 «Эффективное общение»	24	24	48
	Всего	72	72	144

Модуль 1. Мир эмоций

Цель модуля: создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, безопасности, взаимопомощи и эмоциональной поддержки.

Основная задача Модуля «Мир эмоций»:

- научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции, переживания;
- знакомить ребёнка с языком эмоций, учиться пользоваться ими для проявления собственных чувств и переживаний, и для понимания эмоционального состояния другого.

Учебно-тематический план модуля «Мир эмоций»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
	Вводное занятие. Организационное занятие. Правила ТБ, ППБ, и о предотвращении терроризма. Знакомство с формами, методами, средствами обучения. Игры на знакомство	2	2	4	Беседа/опрос/игротерапия
2.	Диагностика. «Рисунок семьи». «Социограмма».	2	2	4	Тестирование
3.	«Сказка оживает».	2	3	5	Игротренинг.
4.	Свойства характера и чувства.	2	3	5	Беседа/творческая работа/викторина

5.	Маскотерапия.	2	3	5	Творческая работа
6.	Цветотерапия «Цветочная страна».	2	3	5	Творческая работа
7.	Нейрогимнастика.	2	6	8	Упражнения по нейрогимнастике.
8.	Музыкатерапия и ароматерапия.	2	4	6	Творческая работа викторина
9.	Телесно-ориентированная терапия.	2	4	6	Беседа/творческая работа/ викторина
	ИТОГО:	18	30	48	

Содержание модуля «Мир эмоций».

Вводное занятие.

Тема 1. Организационное занятие.

Теоретическая часть. Инструктаж по технике безопасности. Танцевально - двигательная терапия. Лекция-теория: Знакомство с формами, методами, средствами обучения.

Практическая часть. Игры на знакомство: «Бумажная гармонь», «Поздороваться по кругу», «Зашифрованная записка», «Отгадай чей голосок». Зарисовка этюдов. «Путешествие во времени».

Тема 2. Диагностика. «Рисунок семьи», «Социограмма». Куклотерапия.

Теоретическая часть. Выполнение теста по инструкции. Беседа – лекция. Свойства характера и чувства.

Практическая часть. Игры с куклами. Зарисовка кукол. «Мы волшебники».

Тема 3. Сказкотерапия. Песочная терапия.

Теоретическая часть: «Мир русских народных сказок». Работа с песочной страной.

Практическая часть. Изучение образов героев, их внутреннего мира, характера, в русских народных сказках. Упражнения на песке: «Песочная магия», «Сказка оживает».

Тема 4. Арт-терапия. Изотерапия. Мандалотерапия.

Теоретическая часть. Изучение направлений арт-терапии. Свойства характера и чувства.

Практическая часть. «Рисунки по сырому листу», «Цветок желаний», техника «Набрызгивание».

Тема 5. Маскотерапия.

Теоретическая часть. Маски образов, внутреннее состояние.

Практическая часть. Упражнение «Зеркало чувств», «Маска настроения».

Тема 6. Цветотерапия. Коллажирование.

Теоретическая часть. Изучение спектра цветов «Цветочная страна».

Практическая часть. Техника коллажирование. «Создаем портрет нашей семьи».

Упражнение «Волшебные краски».

Тема 7. Нейрогимнастика. Игротерапия.

Изучение новых упражнений. Блок №1, №2, №3.

Практическая часть. Упражнения на зажимы, расслабления: «Лимон», «Штанга», «Воздушные шары».

Тема 8. «Музыкатерапия», «Ароматерапия».

Теоретическая часть. Изучение новых мелодий и запахов.

Практическая часть. Упражнения: «Рисуем запахи, настроения».

Упражнения: «Музыкальные мотивы на листе».

Тема 9. Телесно-ориентированная терапия.

Теоретическая часть. Беседы о сплоченности коллектива.

Практическая часть. Игровой тренинг «Что такое мальчик, что такое девочка», «Слепой поводырь». Упражнения: «Ловкие пальчики», «Волшебный сон», «Командные игры».

Модуль 2. Познай себя

Цель модуля: побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций, обсуждению предложенных тем, предоставлению обратной связи, анализу групповых ситуаций, проблем отдельных участников.

Основная задача модуля «Познай себя»:

- помочь ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он уникален и неповторим, как каждый человек;
- раскрыть в ребёнке его потенциал общения, развивать и совершенствовать его возможности поддерживая в ситуациях, как успеха, так и неудачи.

Учебно-тематический план модуля «Познай себя»

№	Тема занятия	Количество часов	Форма
---	--------------	------------------	-------

		Теория	Практика	Всего	контроля
1.	Диагностика. «Дом-дерево-человек». Раскраски «Антистресс».	2	2	4	Тестирование
2.	Игротерапия и драматерапия	2	2	4	Беседа/опрос/игротерапия
3.	«Сказка оживает»	2	3	5	Творческая работа
4.	Изотерапия	2	3	5	Тренинг
5.	Маскотерапия.	2	3	5	Творческая работа
6.	Цветотерапия.	2	3	5	Творческая работа
7.	Нейрогимнастика	2	6	8	Упражнения по нейрогимнастике.
8.	Танцевально-двигательная терапия.	2	4	6	Упражнения по телесной терапии
9.	Музыкатерапия и аромотерапия.	2	4	6	Беседа/опрос/викторина
	ИТОГО:	18	30	48	

Содержание модуля «Познай себя».

Тема 1. Диагностика. «Дом-дерево-человек», «Психогеометрический тест».

Теоретическая часть. Выполнение теста по инструкции, «Раскраски антистресс».

Практическая часть. Упражнения по арт-терапии: «Мелки-перегонки», «Лицо».

Тема 2. Игротерапия и драмотерапия.

Теоретическая часть. Беседа о совмещении методов.

Практическая часть. Тренинг: «Карта моего внутреннего мира», «Сотри свой страх». Упражнения: «Семейный портрет», «Летний дождь».

Тема 3. Сказкотерапия.

Теоретическая часть: Ознакомление со сказками народов мира». *Практическая часть.* Проработка образов отрицательных героев, их внутреннего мира, характера, в сказках народов мира. Зарисовки героев «Сказка оживает».

Тема 4. Изотерапия.

Теоретическая часть. Беседа о методе.

Практическая часть. Упражнения: «Слепая лепка», «Зубная паста», «Соленые рисунки», «Рисунки на мятой бумаге».

Тема 5. Маскотерапия.

Теоретическая часть. Маски образов, проработка собственных чувств.

Практическая часть. Маски персонажей сказок.

Тема 6. Цветотерапия и коллажирование, работа с метафорическими картинками.

Теоретическая часть. Изучение совмещения методов.

Практическая часть. Упражнения: «Прозрачные картинки», «Сосуд моей души».

Коллаж «Фототерапия».

Тема 7. Нейрогимнастика. Теоретическая часть. Изучение новых упражнений.

Блоки №1, №2, №3, №4.

Практическая часть. Упражнения на зажимы, расслабления: «Солдат и кукла», «Рисование себя», «Течение воды». Упражнения: «Мороженое».

Тема 8. Танцевально-двигательная терапия.

Теоретическая часть. Изучение новых приемов направления.

Практическая часть. Упражнения: «Танец в слепую», «Разрывание бумаги», «Переход через чашу», «Броуновское движение».

Тема 9. Музыкотерапия и ароматерапия.

Теоретическая часть. Изучение направлений музыкотерапия и ароматерапия.

Практическая часть. Викторина. Опрос. Упражнения: «Прогулки по лесу», «Рисуем музыкальную картинку», «Музыкальные каракули».

Модуль 3. Эффективное общение

Цель модуля: формирование значимых групповых норм взаимодействия, развитие ценных социальных навыков, улучшение межличностных отношений.

Основная задача Модуля «Эффективное общение»:

- обучение детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми;
- формировать коммуникативные навыки;
- учить устанавливать и поддерживать контакты, решать конфликтные ситуации в общении.

Учебно-тематический план модуля «Эффективное общение»

№	Тема занятия	Количество часов	Форма
---	--------------	------------------	-------

		Теория	Практика	Всего	контроля
	Диагностика. «Рисунок на свободную тему». «Кактус». «Несуществующее животное».	2	2	4	Тестирование
2.	Игротерапия	2	2	4	Беседа/опрос/игротерапия
3.	Работа с ассоциативно-метафорическими картинками	2	3	5	Беседа/опрос/игротерапия
4.	Музыкатерапия	2	3	5	Викторина
5.	Изотерапия.	2	3	5	Творческая работа
6.	Цветотерапия.	2	3	5	Творческая работа
7.	Нейрогимнастика и тренинги	2	6	8	Упражнения по нейрогимнастике Тренинг.
8.	Телесно-ориентированная терапия	2	4	6	Упражнения по телесной терапии
9.	Арт-терапия	2	4	6	Беседа/творческая работа
	ИТОГО:	18	30	48	

Содержание модуля «Эффективное общение».

Тема 1. Диагностика. «Кактус», «Несуществующее животное» и «Рисунок на свободную тему».

Теоретическая часть. Выполнение теста по инструкции, «Цветовой тест Люшера».

Практическая часть. Игровой тренинг: «Необитаемый остров», логические и детективные загадки.

Тема 2. Игротерапия.

Теоретическая часть. Беседа – инструктаж о новых играх, повторение изученных.

Практическая часть. Игры: «Дворовые игры», «Веселые старты».

Тема 3. Работа с ассоциативно-метафорическими картинками.

Теоретическая часть. Работа с платформами.

Практическая часть. Упражнения «Внутренний ребенок», «Роботы», «Из сундучка прошлого».

Тема 4. Музыкаотерапия. Мандалотерапия. Сказкотерапия.

Теоретическая часть: Беседа о совмещении методов.

Практическая часть: Техники: «Рисуем музыкальные картинки», «Сказка о бабочке сновидений», «Рисунок в стиле мандалы», «Волшебные капельки сказки».

Тема 5. Изотерапия. Техники оригами.

Теоретическая часть. Беседа о техниках совмещения.

Практическая часть. Техники: «Процарапывания», «Яичная мозаика».

Упражнения: «Невидимка, рисование свечой».

Тема 6. Цветотерапия. Техники оригами.

Теоретическая часть. Совмещение двух направлений в поделке.

Практическая часть. Поделки: «Лягушка», «Кораблик», «Журавлик».

Трафареты: «Буквы, цифры».

Тема 7. Нейрогимнастика, драмотерапия и тренинги.

Теоретическая часть. Повторение изученных упражнений: блок №1, №2, №3 и №4.

Беседа о методе драмотерапии в тренинговой работе.

Практическая часть. Упражнения: «Двигаемся в паре», «Ночной город», «Движения перекресты», «Ледяная вода», «Ожившая скульптура».

Тема 8. Телесно-ориентированная терапия.

Теоретическая часть. Изучение направления мандалотерапии.

Практическая часть. Упражнения: «Рисунок в стиле мандалы с использованием блесков, ткани, круп», «Групповое рисование мандалы - наша вселенная».

Тема 9. Арт-терапия.

Теоретическая часть. Беседа и викторина о методах Арт - терапии.

Практическая часть. Упражнения: «Работа с тканью и красками», «Чернильные пятна и бабочки», «Моя эмблема», «Групповое рисование по кругу на стекле».

5. Раздел Воспитание

Цель воспитательной работы:

Развитие личности ребенка через творческое самовыражение и эмоциональное благополучие с использованием методов арт-терапии, формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру.

Задачи:

- Формирование интереса к различным видам искусства и творческой деятельности.
- Развитие эмоциональной сферы и навыков саморегуляции через творчество.
- Воспитание уважения к себе и другим, развитие навыков общения и сотрудничества.
- Развитие уверенности в себе и повышение самооценки через успешное самовыражение.

Ожидаемые результаты:

- Освоение детьми понятий о своем внутреннем мире и способах его выражения через творчество.
- Развитие навыков эмоциональной саморегуляции и управления своими чувствами.
- Формирование позитивного отношения к себе и окружающим, развитие эмпатии.
- Повышение уверенности в себе и развитие творческих способностей.

Методы воспитания:

- Метод убеждения через обсуждение и анализ творческих работ.
- Метод положительного примера (педагога, родителей, успешных учеников).
- Метод упражнений через практические задания и проекты.
- Метод переключения деятельности для поддержания интереса к творчеству.
- Метод развития самоконтроля и самооценки через рефлекссию и самооценку работ.

Формы воспитательной работы:

- Творческие мастерские и выставки детских работ.
- Участие в конкурсах и фестивалях декоративно-прикладного искусства.
- Экскурсии в музеи и культурные центры, связанные с изучением творчества.
- Проектная деятельность (создание коллективных проектов).
- Тематические занятия, посвященные истории и культуре России.

Работа с родителями:

- Родительские собрания и консультации по вопросам воспитания и развития творческих способностей.
- Открытые уроки и демонстрации достижений детей.
- Совместные творческие проекты и мастер-классы.
- Анкетирование и опросы для оценки эффективности воспитательной работы.

Диагностика результатов:

- Педагогическое наблюдение за развитием творческих способностей и личностных качеств.
- Оценка творческих проектов педагогом и родителями.
- Отзывы и интервью участников, родителей и детей.

Организация воспитательной работы:

Воспитательная работа проводится на базе учебного заведения, а также на выездных площадках (музеи, культурные центры). Родители активно участвуют в организации мероприятий и поддержке творческой деятельности детей.

6. Ресурсное обеспечение программы

Принципы программы

Системность: в течение учебного года работа по программе проводится систематически, в определённый день недели. Конкретно запланированная тема может не ограничиваться рамками одного занятия, так как нельзя заранее обозначить всю гамму спонтанно возникающих ситуаций (таких как: дополнительные объяснения, ответы на вопросы, дополнительная игровая ситуация).

Преемственность взаимодействия взрослых с ребёнком в условиях Центра и в семье: это реализуется через беседы со своим ребёнком на конкретно предложенные педагогом темы; через родительские встречи содержательного характера, связанные с тематикой программы, на которых обсуждаются достижения детей; через индивидуальные беседы педагога с родителями, если возникают проблемные ситуации в воспитании или в семье; через совместную деятельность детей, родителей и педагога по темам программы; через проведение тренингов.

Комфортность: создание атмосферы доброжелательности, вера в силы ребёнка, создание для каждого ситуации успеха и эмоциональной вовлечённости в процессе занятий.

Личностно ориентированное взаимодействие: создание условий для раскрепощения и раскрытия, стимулирующих творческую активность ребёнка.

Вариативность: создание условий для самостоятельного выбора ребёнком материалов, способов работы, и степени активности.

Занятия с детьми проводятся с учётом индивидуальных особенностей детей. В занятия включены элементы: изотерапии, цветотерапии, музыкотерапии, сказкотерапии, песочной терапии, игротерапии, мандалотерапии, фото-терапия, игро-терапии,

метафорических карт, что во многом повышает эффективность овладения детьми разными формами и средствами общения, открытого отношения к окружающему миру, выражению активной познавательной позиции, инициативности и независимости в суждениях, для полноценного развития эмоционального интеллекта.

Структура занятия

Этапы работы	Комментарий
Ритуал приветствия.	Позволяет сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
Разминка – воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности.	Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
Основное содержание занятия – совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, игротерапия, сказкотерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций, групповая дискуссия и т.д.).	Техники направлены одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.
Рефлексия – оценка занятия (беседы).	Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
Ритуал прощания.	По аналогии с ритуалом приветствия.

Учебно-методическое обеспечение программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Арт-терапия» обеспечена следующими учебно-методическими материалами:

– Учебные пособия (комплекс дидактических, развивающих, психопрофилактических и подвижных игр, по арт-терапии для детей, учебные электронные презентации, обучающие видеоролики).

– Методические пособия (конспекты занятий, методические разработки, тематическая подборка игр, стихи, загадки, фонотека с различными музыкальными произведениями).

– Дидактическое обеспечение (инструкции, иллюстрации, раздаточный материал).

Материально - техническое обеспечение программы

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арт-терапия» необходимо:

Оборудование:

- помещение для занятий с хорошим освещением;
- столы и стулья;
- компьютер;
- проектор и экран;
- аудио - видео аппаратура.

Материалы и инструменты:

- Кисти художественные;
- фломастеры;
- карандаши цветные;
- карандаши чёрнографитовые;
- стерки, ластики;
- краски акварельные;
- гуаш;
- ножницы;
- канцелярский клей;
- бумага для рисования (А1, А3, А4);
- мелки для рисования;
- оргстекло;
- подносы деревянные для песка;
- песок кварцевый;
- картон цветной;
- бумага цветная;

- бумага бархатная;
- масла ароматические;
- обои;
- пластилин.

7. Список литературы и интернет-ресурсов

1. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. Планета Чудес «Развивающая сказкотерапия для детей», СПб Речь, 2008г.
2. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», Спб, «Речь», 2006г.
3. Философия для детей в сказках и рассказах: пособ. по воспитанию детей в семье и школе/М.А. Андрианов. – Минск: Букмастер, 2012. – 280с.
4. Киселева М. В. «Арт-терапия в работе с детьми»: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006г.
5. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. «Арт - терапия детей и подростков». - М.: Когито - Центр, 2007.
6. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии», Спб, Речь, 2007г.
7. Надежина «Все обо всем на свете. Развивающие игры, скороговорки, загадки»/. – Минск: Харвест, 2010
8. Лебедева Л.Д. «Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, система занятий», Спб, Речь, 2008г.
9. Эмоциональный интеллект. Развитие базовых эмоций: рабочая тетрадь/ Т.П. Трясорукова. – Ростов н/Д: Феникс, 2021. – 32 с.
10. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг», Речь, Спб, 2007 г.
11. Сакович Н.А. «Технология игры в песок – Игры на мосту», Спб, «Речь», 2008г.
12. Штейнхард Л. «Юнгианская песочная психотерапия», Спб, «Питер», 2001г.
13. Кузуб Н. В гостях у Песочной феи [Электронный ресурс]: организация педагогических игр с песком для детей школьного возраста / Наталья Кузуб, Эрика Осипук // Школьный психолог. - 2006. - № 6. - С. 18-25. – Режим доступа: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200600608>
14. А.Я.Психология (для психологов тесты, статьи, тренинги, словарь) <http://azps.ru>
15. Онлайн-конференция «Страхи детей и взрослых», проходящая на платформе Zoom. Организатор – Школа эмоций - https://vk.com/deputatova_school.
16. Группа в социальной сети ВКонтакте «УМКА. Дидактические игры. Развивающие занятия» - <https://vk.com/umkarurazvitie>.