**СМОЛЕНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних

***«ГАРМОНИЯ»***

🖂 215110, Смоленская обл., г. Вязьма, ул. 25 Октября, д.1- а Т/ф (48131) 2 – 38 – 27; 4 – 21-35 centr\_garmonia@mail.ru

**ПРОГРАММА**

**по арт-терапии**

**для занятий с детьми**

**младшего школьного возраста**

**«Мой мир»**

Составитель

врач-психотерапевт

Сазонова Е.Л.

**Арттерапия** – естественный и бережный метод исцеления и развития души через художественное творчество, активно развивающийся как комплекс психотерапевтических методик с 1940-х гг.

**Арттерапия**не имеет ограничений и противопоказаний, всегда ресурсна и используется практически во всех направлениях психотерапии, в педагогике, в социальной работе и бизнесе.

Любой человек способен выразить себя, свои чувства и свое состояние мелодией, звуком, движением, рисунком. Случается так, что для некоторых людей – это единственный способ дать миру знать о себе, заявить о себе как о творческой личности. Предоставить такую возможность всем нуждающимся – **задача *арттерапии***.

**Занятия  Арт-терапией способствуют:**

* Развитию креативности личности
* Формированием  образного мышления
* Развитие мелкой моторики
* Стимулирует творчество и осознание чувств
* Помогает членам группы лучше взаимодействовать  друг с другом
* Формирование представлений о себе;
* Осознание и выражение своих чувств

**Занятия в количестве 30 часов включают в себя:**

1. Изотерапия —воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
2. Музыкотерапия — воздействие через восприятие музыки;
3. Сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи.
4. Игровая терапия -  воздействие с использованием игры.

**Программа занятий по атрт-терапии:**

**Занятие 1**

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

**Цель:** Знакомство участников группы между собой и с тренером, создание благоприятной атмосферы в классе. Знакомство с методами арттерапии.

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

1. **Ритуал начала занятия «Клубок»**

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

1. **Упражнения для первичного знакомства «Снежный ком».**

Все играющие усаживаются в круг. Ведущий объясняет условия игры: он называет свое имя, следующий игрок называет имя предыдущего игрока, а затем свое, следующий игрок называет имена двух предыдущих игроков и свое, и т.д.

1. **«Мое настроение» техника марания.**

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

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

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

1. **Ритуал прощания «Солнечные лучики»**

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

Занятие 2

**Занятие 2. «Свободный рисунок в круге». Групповое рисование ватными полочками.**

**Цель:** благодаря «раскачивания» двигательных и функциональных стереотипов создать почву для общего укрепления эмоциональной сферы, уменьшение зависимости от стереотипов,  повышение настроения, развитие воображения, налаживание коммуникации, объединение.

**Материалы:** клубок, альбом, краски, ватные палочки.

1. **Ритуал начала занятия «Клубок»**
2. **«Свободный рисунок в круге».**

 Ребята удобно рассаживаются за столами, делая круг, перед каждым альбом, краски и ватные палочки. Каждый начинает рисовать на свободную тему. Через определенное кол-во времени рисунок передается по кругу, каждый следующий привносит что-то свое в рисунок. После того как рисунки возвращаются к хозяевам происходит обсуждение. Что получилось? Нравится ли это обладателю. Хотелось бы что- нибудь дорисовать?

1. **Релаксационное упражнение на расслабление мышц рук “Лимон”.**

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить “лимон” и расслабить руку:

Я возьму в ладонь лимон.

Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю –

Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов.

Я лимон бросаю, руку расслабляю.

Выполнить это же упражнение левой рукой.

1. **Ритуал прощания «Круг друзей»**

Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрощаться.