

**Комитет по образованию администрации муниципального образования
Всеволожского муниципальный район» Ленинградской области**

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа «Кудровский ЦО № 1»**

Принята на заседании
Методического совета
от «29» августа 2024г.
Протокол № 1

Утверждена:
приказом от «30» августа 2024 года
№ 366/01-10

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью
арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»**

(уровень стартовый)

Направленность:
социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: 11-15 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов в год: 72 часа

Автор-составитель:
Трошина Ольга Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Кудрово, 2024

Раздел 1. Пояснительная записка

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп» разработана с учетом следующих нормативных документов:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

2. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

3. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467);

4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629);

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);

6. СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

7. Устава школы;

8. Положения о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МОБУ «СОШ «Кудровский ЦО № 1».

1.2. Уровень программы – *стартовый*.

1.3. Актуальность программы.

Актуальность программы «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»» заключается в стремлении к развитию гармоничной личности, обращение к эмоциональному миру учащихся через изобразительную деятельность, создание бережного пространства для взаимодействия с различными арт-материалами и творческого самовыражения. Полученные на занятиях навыки и умения могут быть использованы учащимися в основной учебной деятельности, имеют потенциал к повышению школьной успеваемости.

Актуальность программы «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»» обусловлена тем, что дает учащимся ориентиры для оценки творческих работ через «эстетический отклик» как особый инструмент, который помогает лучше понять автора творческой работы и сложить к ней свое отношение.

Программа «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»» актуальна, так как важным вектором развития в подростковом возрасте является общение, взаимодействие в разных сообществах. Занятия проходят в групповом

формате и имеют большую ориентацию на взаимодействие участников группы между собой, взаимодействие в творческом процессе. Участники группы могут отследить свои стратегии взаимодействия и откорректировать их до более эффективных.

Программа способствует развитию так называемых «гибких навыков», которые играют достаточно важную роль в достижении успешности в будущем наряду с умственным интеллектом.

Педагогическая целесообразность. Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что подростковый возраст, не смотря на его сложность и кризисность, является благоприятным (сензитивным) для усвоения норм поведения, принятым в обществе. У подростков развивается самосознание, формально-логическое мышление, рефлексивность, письменная речь, что делает возможным осознание поведения своего и других людей, осознание последствий определенных действий. В то же время, внутренний мир подростков в данный период характеризуется неустойчивостью, нестабильностью, лабильностью, огромным интересом к себе, что делает необходимым и полезным оказание поддержки в формировании представлений подростков о себе и своем мире (Я-концепция), в условиях тех изменений (физиологические, гормональные), которые происходят с ними в этот период.

Новизна программы заключается в использовании средств искусства, изобразительного творчества для обращения к эмоциональному миру учащихся с целью улучшения самопонимания, понимания своих чувств и состояний, развития саморегуляции, пониманию окружающих и более эффективному взаимодействию на разных уровнях: с собой, другим и миром в целом.

1.4. Цель программы - развитие эмоционального интеллекта подростков 11-15 лет средствами искусства и изобразительного творчества и гармонизация личности.

1.5. Задачи программы.

Обучающие:

1. Формирование представлений об эмоциональном интеллекте и его компонентах, знакомство с понятием «ассертивность»;
2. Обучение приемам положительного восприятия себя и других людей, способствование формированию представлений о себе, своих индивидуальных особенностях, формирование положительной «Я-концепции»;
3. Обучение приемам осознания своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний с помощью творческого самовыражения;
4. Обучение приемам эффективного экологичного эмоционального отреагирования сложных эмоций;
5. Ознакомление с техниками и стратегиями эффективной коммуникации;
6. Формирование представлений о характере человека, о «границах» в психологическом понимании.

Развивающие:

1. Способствование улучшению психоэмоционального состояния участников группы;
2. Создание условий для творческого самовыражения и самопознания;
3. Создание условий для эмоциональной стабильности в группе, условий для формирования положительной самооценки;
4. Содействие поддержанию положительной «Я-концепции»;
5. Развитие творческого потенциала и внутренних ресурсов;
6. Формирование навыков коллективного взаимодействия и социального поведения;
7. Содействие развитию межличностной компетентности;
8. Способствование развитию высших психических функций: восприятия, внимания, мышления, памяти, речи;
9. Развитие воображения с целью привлечения его к решению задач учебной деятельности;
10. Развитие умения планировать свою деятельность.

Воспитательные:

1. Формирование стремления к самопознанию и саморазвитию;
2. Воспитание интереса и уважения к другим людям, способности слушать и принимать окружающих без осуждения и оценки (толерантность);
3. Содействие формированию эстетического восприятия мира и себя как части мира;
4. Содействие формированию основ нормативного поведения как условия для успешной социальной адаптации;
5. Воспитание интереса к искусству и культуре, их истории и личной творческой практике;
6. Воспитание представления о важности собственного творческого самовыражения, о творчестве как о приемлемом и одобряемом способе совладания с сильными эмоциями и трудными жизненными ситуациями;
7. Способствование развитию произвольности и способности к саморегуляции;
8. Содействие формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе;
9. Формирование интереса к активной продуктивной деятельности, способствующей развитию всех психических процессов.

1.6. Учащиеся, для которых программа актуальна.

Возраст обучающихся по данной программе: 11–15 лет. Группы формируются с учетом возрастных особенностей детей: определяются методы проведения занятий, подход к распределению заданий, организуется коллективная работа, планируется время для теории и практики. Каждое занятие включает в себя элементы теории, практики, демонстрации.

Количество обучающихся в группе: 14 человек.

1.7. Формы и режим занятий.

Форма проведения занятий – аудиторные;

Форма организации деятельности: групповая.

Форма обучения: очная.

Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа с перерывом 10 минут.

1.8. Срок реализации программы.

Срок реализации программы –1 год. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 72 часа.

1.9. Планируемые результаты.

Результаты освоения программы разработаны с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и включают:

Предметные:

1. Повышения уровня осведомленности об эмоциональном интеллекте, ассертивности, особенностях характеров людей и психологических границах;
2. Формирование положительной «Я-концепция», чувство собственного достоинства;
3. Формирование самосознания, интереса к себе, своим возможностям, самопознанию и саморазвитию, пониманию своих ресурсов и положительных качеств;
4. Формирование положительного отношение к собственному творческому самовыражению;
5. Повышение самооценки, формирование навыка рефлексии;
6. Формирование представление о своей эмоционально-чувственной сфере и способам преодоления сложных переживаний и эмоциональных состояний с помощью изобразительного творчества;
7. Создание предпосылок для регуляции эмоциональных состояний и реакций, самоконтроля и саморегуляции;
8. Формирование положительного восприятие себя и других людей, эмоциональная отзывчивость и эмпатия;
9. Формирование представление о коллективном взаимодействии и социальном поведении, эффективной межличностной коммуникации, ассертивном поведении;
10. Формирование основ нормативного поведения (следование нормам и правилам группового поведения);
11. Развитие креативности, воображения и творческого потенциала;
12. Развитие моторных навыков через овладение ручными многообразными операциями.

Метапредметные:

1. Формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
2. Готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения;
3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;

4. Формирование и развитие компетентности в области использования эффективных стратегий взаимодействия для достижения поставленных задач;

5. Формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.

Личностные:

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;

2. Развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;

3. Развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;

4. Мотивация детей к познанию, творчеству и труду;

5. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;

6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности.

Раздел 2. Формы аттестации и оценочные материалы

2.1. Формы контроля.

Реализация программы «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»» предусматривает входной, текущий, промежуточный контроль и итоговую диагностическую работу.

Входной контроль проводится с целью выявления уровня развития эмоционального интеллекта учащихся — фронтальный тест для оценки эмоционального интеллекта Холла. Так же используется как входной контроль тест-опросник «Исследование уровня ассертивности» (модифицированный В. Каппони, Т. Новак). Для исследования самооценки используется методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан. Диагностические рисунки: «Рисунок имени» и «Барашек в бутылке» проводятся для оценки самоотношения и семейной системы в период сепарации соответственно. Перед блоком «Мои эмоции» проводится тест - дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду)

Текущий, промежуточный – с целью контроля усвоения учащимися тем и разделов программы. Итоговый – с целью усвоения обучающимися программного материала в целом и фиксирования произошедших изменений.

Текущий контроль включает следующие формы:

1. наблюдение (рефлексивный лист занятия);

2. на каждом занятии учащиеся заполняют бланк настроения и состояния в начале занятия и его изменения в конце занятия.

Промежуточный контроль осуществляется в следующих формах:

Наблюдение за участниками группы во время групповой работы, заполнение рефлексивного листа после занятия.

2.2. Средства контроля.

(допустимы вариативные средства контроля; ниже приведена одна из распространенных схем оценки уровня освоения программы)

Контроль освоения обучающимися программы осуществляется путем оценивания следующих критериев (параметров):

1. включенность в работу на занятии, уровень развития рефлексии;
2. готовность слушать и слышать других участников группы;
3. спонтанность и произвольность в процессе выполнения заданий;
4. стиль взаимодействия в паре или группе.

Требование вариативности содержания образования обуславливает необходимость уровневого представления результатов (например, минимальный, средний, максимальный (продвинутый); или низкий, средний, высокий).

Результативность обучения дифференцируется по трем уровням (низкий, средний, высокий).

При низком уровне освоения программы обучающийся:

1. отказывается от выполнения задания, не понимает что и как нужно сделать;
2. не участвует в обсуждении или не соблюдает очередность участия в обсуждении;
3. отсутствие спонтанности и произвольности;
4. стиль взаимодействия — соперничающий.

При среднем уровне освоения программы обучающийся:

1. средний уровень развития рефлексии: ответы на задаваемые педагогом поддерживающие вопросы;
2. участвует в обсуждении в общем круге минимально, не дает обратную связь;
3. частичная спонтанность и произвольность;
4. стиль взаимодействия соперничающий.

При высоком уровне освоения программы обучающийся:

1. высокая включенность, высокое развитие рефлексии в любом варианте: словесно, письменный отклик, музыкальный или танцевально-двигательный;
2. активное участие в общем круге, дается обратная связь;
3. спонтанность и произвольность в процессе творчества;
4. стиль взаимодействия — сотрудничество.

Раздел 3. Содержание программы

Учебно-тематический план обучения

	Тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы текущего контроля, аттестации по разделам
Раздел 1 Мой мир					
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Диагностические работы: тест-опросник «Исследование уровня асертивности» (модифицированный В. Каппони, Т. Новак)	2	0,5	1,5	Тест-опросник «Исследование уровня асертивности»
1.2	Тема 1 «Точка на листе»	2	0,5	1,5	Теста для оценки эмоционального интеллекта Холла
1.3	Тема 2 «Цветовая карта»	2	0,5	1,5	Тест самооценки
1.4	Тема 3 «Рисунок имени»	2	0,5	1,5	Диагностический рисунок
1.5	Тема 4 «Характер»	2	0,5	1,5	
1.6	Тема 5 «Ресурсы»	2	0,5	1,5	
1.7	Тема 6 «Солнце моих качеств»	2	0,5	1,5	
1.8	Тема 7 «Стресс»	2	0,5	1,5	
1.9	Тема 8 «Рисуем музыку»	2	0,5	1,5	
Раздел 2 Мои эмоции					
2.1	Тема 1 «Пейзаж моего настроения»	2	0,5	1,5	
2.2	Тема 2 «Карта эмоций и чувств»	2	0,5	1,5	Дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду)
2.3	Тема 3 Эмоция «Счастье»	2	0,5	1,5	
2.4	Тема 4 Эмоция «Грусть»	2	0,5	1,5	
2.5	Тема 5 Эмоция «Злость»	2	0,5	1,5	
2.6	Тема 6 Эмоция «Страх»	2	0,5	1,5	
2.7	Тема 7 «Обида»	2	0,5	1,5	
2.8	Тема 8 Чувство «Вины»	2	0,5	1,5	
2.9	Тема 9 «Тревога»	2	0,5	1,5	
3.0	Тема 10 «Музыкальный крокодил»	2	0,5	1,5	
Раздел 3 «Я и мир»					
3.1	Тема 1 Мандала «Это все Я»	2	0,5	1,5	Выполнение тестового задания Тема 14.
3.2	Тема 2 Маски	2	0,5	1,5	
3.3	Тема 3 «Полярности» «Одиночество - дружба»	2	0,5	1,5	

3.4	Тема 4 «Границы»	2	0,5	1,5	
3.5	Тема 5 «Диалог»	2	0,5	1,5	
3.6	Тема 6 «Совместный рисунок на стекле»	2	0,5	1,5	
3.7	Тема 7 Рисунок одной кистью	2	0,5	1,5	
3.8	Тема 8 Рисунок по кругу «Мой день»	2	0,5	1,5	
3.9	Тема 9 Рисунок «Моя планета»	2	0,5	1,5	
4.0	Тема 10 «Я в будущем»	2	0,5	1,5	
	Тема 11 «Хочу-могу-надо»	2	0,5	1,5	
	Тема 12 «Полярности»	2	0,5	1,5	
	Тема 13 Метафорический портрет участника	2	0,5	1,5	
	Тема 14 Диагностические работы	2	0,5	1,5	
	Тема 15 «Подарок»	2	0,5	1,5	
	Тема 16 «Звездное небо»	2	0,5	1,5	
	Тема 17 Итоговое занятие	2	0,5	1,5	
	Итого	Общее кол-во часов в год	Общее кол-во часов, отведенных на теоретические занятия, в год	Общее кол-во часов, отведенных на практические занятия, в год	
		72	18	54	

Содержание учебно-тематического плана обучения

Раздел 1. Вводное занятие. (2 часа)

Теоретическая часть.

2. Раздел 1. Мой мир (18 часов).

2.1. Тема 1. «Точка на листе».

Теоретическая часть. Творческий поиск, творческий процесс.

Практическая часть. Выполнение практического задания - рисунок «Точка на листе», представление получившихся работ и их обсуждение.

2.2. Тема 2. «Цветовая карта».

Теоретическая часть. Обсуждение цвета как культурного феномена и его значения в природе и жизни человека.

Практическая часть. Составление «Цветовой карты» с использованием красок. Общая работа на большом листе «Пространство нашей группы» в основе техника «Рисуем круги» Л.Д.Лебедевой. Представление получившихся изображений и поиск общего названия совместной работе.

2.3. Тема 3. «Рисунок имени».

Теоретическая часть. Имя значение имени для человека.

Практическая часть. Выполнение техники «Рисунок имени». Вариация с буквами — каждая буква имени - позитивное качество. Представление получившихся изображений и их обсуждение.

2.4. Тема 4. Характер.

Теоретическая часть. Понятие «характер» и его особенности. Расширение словаря для описания людей и литературных персонажей и медиа пространства.

Практическая часть. Исследование характера с помощью 5 пар качеств, МК О.Левковская (Характерология по М.Е.Бурно). Создание рисунка исследуемого характера, поиск его сильных сторон. Сосредоточение внимания на сильных чертах и создание мандалы «Сильных черт характера».

Обсуждение получившихся творческих работ.

2.5. Тема 5. «Ресурсы».

Теоретическая часть. Понятие «ресурсы». Ресурсы - все то, что помогает преодолевать жизненные трудности, справляться с неудачами и достигать своих целей, все что дает силы и энергию жить дальше, развиваться, вступать в контакты.

Практическая часть. Ассамбляж или композиция из того что есть, из любых предметов или коллаж «Мои ресурсы». Обсуждение получившихся творческих работ.

2.6. Тема 6. «Солнце моих качеств».

Теоретическая часть. Понятие о «качествах личности»

Практическая часть. Выполнение рисунка «Солнце моих качеств».

Представление творческих работ участников.

2.7. Тема 7. «Стресс».

Теоретическая часть. Понятие «Стресс». Виды «стресса». Способы, помогающие справиться со стрессом.

Практическая часть. Техники релаксации: дыхательные, танцевально-двигательные практики - танцевальная импровизация «развитие живых существ от простейших к млекопитающим» (МК Ирина Бомбина).

2.8. Тема 8. «Рисуем музыку».

Теоретическая часть. Основа музыки — ритм. Какая бывает музыка.

Практическая часть. Создание рисунка музыки на пространстве одного листа, 4 музыкальные композиции, создание рисунка из 4-х частей разного характера. Создание небольшого описания получившегося рисунка, истории. Поэтический отклик в свободной форме — рассказ, стихотворение... / МК А.Буренковой/.

Представление получившихся работ.

3. Раздел 2. «Мои эмоции» (20 часов).

3.1. Тема 1. «Пейзаж моего настроения».

Теоретическая часть. Понятие «пейзажа», знакомство с репродукциями картин русских художников пейзажистов И.Шишкина, И.И.Левитана, И Айвазовского. Знакомство с искусством написания хокку.

Практическая часть. Работа с репродукциями русских художников пейзажистов. Выбор пейзажа настроения. Описание его, создание поэтического отклика в стиле хокку (по образцу).

Представление получившихся откликов и обсуждение впечатлений.

3.2. Тема 2. «Эмоции и чувства».

Теоретическая часть. Понятия «эмоции» и «чувства»

Практическая часть. Выполнение техники «Карта эмоций и чувств» - групповая работа. Формат А1. Изображаем свои эмоции, заполняем весь лист. Получается карта внутреннего мира всей группы. Презентация работы. Рассказ об истории государства (страны), туристических маршрутах для путешественников, название страны.

Важно: размеры, цветовая гамма, выбор места на листе, чьи рисунки оказались рядом. Общая динамика в группе.

3.3. Тема 3. Эмоция «Счастье».

Теоретическая часть. Эмоция «Счастье». Градации. Составление списка на 10 предложений «Я счастлив когда...»

Практическая часть. Создание коллажа «Счастье»

Представление творческих работ участников.

3.4. Тема 4. Эмоция «Грусть».

Теоретическая часть. Понятие эмоции «грусть» и ее роли. Градации «грусти».

Практическая часть. Создание работа акварелью в технике «по мокрому». Представление работ участников.

Обсуждение впечатлений и результатов.

3.5. Тема 5. Эмоция «Злость».

Теоретическая часть. Понятие эмоции «Злость»

Практическая часть. Работа с газетой, создание 3D -объекта (арт-объекта) из газетной бумаги. Представление получившегося арт-объекта и обсуждение процесса и результатов.

3.6. Тема 6. Эмоция «Страх».

Теоретическая часть. Эмоция «Страх», градации, обсуждение значения страха.

Практическая часть. Создание рисунка в рамке «Дом для моего страха». Обсуждение опыта работы.

3.7. Тема 7. Чувство «Обиды».

Теоретическая часть. Понятие чувства «Обиды», обсуждение.

Практическая часть. Создание рисунка на стекла с двух сторон — техника «Обиженное дерево».

Представление получившихся работ, обсуждение опыта занятия.

3.8. Тема 8. Чувство «Вины».

Теоретическая часть. Чувство «Вины», обсуждение.

Практическая часть. Техника работы с пластилином «Дерево вины».

3.9. Тема 9. «Тревога»

Теоретическая часть. Понимание феномена «тревоги» и «тревожности».

Практическая часть. Рисунок «Тревоги» в технике каракули. Дорисовывание образа, получившегося в каракулях до более целостного. Обсуждение опыта занятия и результатов работы.

4.0. Тема 10. «Музыкальный крокодил».

Теоретическая часть. Эмоции и музыка.

Практическая часть. Игра — импровизация «Музыкальный крокодил»: участники передают с помощью выбранных музыкальных инструментов загаданные эмоции.

Обсуждение опыта занятия.

4. Раздел 3. «Я и мир» (34 часа)

4.1 Тема 1. **Мандала «Это все Я».**

Теоретическая часть. Взаимоотношения, взаимодействие. Мандала.

Практическая часть. Техника Мандала «Это все Я» в мини группах лекция «1 Сентября» М.В.Гололобова

1 круг размером с CD-диск для каждого участника и круги поменьше по количеству участников. Заполнить круг цветом и формой на тему «это Я» (символы, знаки и слова не используем). Каждый участник рассказывает о себе 3 минуты по очереди. В это время остальные заполняют круг поменьше на тему «он такой», «таким я его вижу» «подарок», «я хочу чтобы ты был такой». Одна из этих тем. Ведущий собирает рисунки. Дальше из всех кругов каждый создает композицию «Попробуй найти место на этом листе каждому кружочку, чтобы нравилось». Одна композиция получается. У каждой композиции лист с ручкой. Участники смотрят на композицию и пишут качества положительные, сильные стороны и черты. Загибается листик. Дальше пишет следующий и снова загибает.

4.2. Тема 2. «**Маски**»

Теоретическая часть. «Маски» и роли.

Практическая часть. Создание «Маски» с двух сторон. Как меня видят другие? (рисует маску снаружи) Как я вижу себя? (рисует маску с внутренней стороны). Обсуждение творческих работ и опыта занятия.

4.3. Тема 3. **Полярности «Одиночество — дружба».** Фотопроект — исследование.

Теоретическая часть. Понятие «полярности»

Практическая часть. Создание коллажа из фотографий, отражающих полярные взгляды: «одиночество — дружба»

Представление творческих работ, обсуждение опыта занятия.

4.4. Тема 4. «**Границы**».

Теоретическая часть. Понятие «границы», их виды, «личное пространство», «кинесферы».

Практическая часть. «Исследование кинесфер» МК Ирины Бомбиной. Личное пространство, средняя и большая кинесферы. Создание рисунков разных видов границ (4 варианта — 4 рисунка). Находим отклик от каждого рисунка.

Обсуждение опыта занятия.

4.5. Тема 5. «**Диалог**».

Теоретическая часть. Понятие «Взаимодействие», виды взаимодействия.

Практическая часть. Работа в паре. Рисунок цветным песком (манка) в парах «Диалог» Лекция Л.Д.Лебедева.

Обсуждение опыта занятия.

4.6. Тема 6. «Совместный рисунок на стекле».

Теоретическая часть. Взаимодействие, виды взаимодействия.

Практическая часть. Выполнение совместного рисунка в парах на стекле с двух сторон техника Л.Д.Лебедева.

4.7. Тема 7. «Рисунок одной кистью».

Теоретическая часть. Взаимодействие, виды взаимодействия.

Практическая часть. Выполнение совместного рисунка одной кистью, где каждый должен нарисовать свой рисунок, оставить свой след.

4.8. Тема 8. «Рисунок по кругу «Мой день».

Теоретическая часть. Планы и их значение.

Практическая часть. Выполнение рисунка по кругу.

Обсуждение получившихся творческих работ, обсуждение опыта занятия.

4.9. Тема 9. Рисунок «Моя планета».

Теоретическая часть. Мир реальный и мир идеальный.

Практическая часть. Выполнение рисунка «Моя планета».

Представление творческих работ и обсуждение опыта занятия.

5.0. Тема 10. «Я в будущем».

Теоретическая часть. Прошлое, настоящее и будущее, профессиональная ориентация.

Практическая часть. Создание рисунка «Я в будущем».

Представление творческих работ и обсуждение опыта занятия.

5.1. Тема 11. «Хочу-могу-надо».

Теоретическая часть. Цели, задачи, желания.

Практическая часть. Участники создают 3 композиции про желания, возможности и потребности относительно какой-то сферы (спорт, учеба). 1 — то чего я хочу, 2 — что я могу, 3- что еще мне нужно для достижения желаемого. Метафорическое изображение.

Обсуждение: почему выбрана эта тема? Как придумывались образы? Какие эмоции возникают глядя на композиции? Какая нравится больше других? Что изображено? Что символизируют образы? На каком расстоянии композиции находятся друг от друга?

Представление работ и обсуждение опыта занятия.

5.2. Тема 12. «Полярности «Уверенный и неуверенный».

Теоретическая часть. Полярности «Уверенный - неуверенный», понятие «ассертивности».

Практическая часть. Рисунок «Полярности» «Уверенный-неуверенный» лекция «1 Сентября» М.В.Гололобова.

Наглядно демонстрирует стереотипы детям. Делается выставка рисунков.

Что общего у рисунков в каждой группе?

Что можно заметить необычного?

Что нравится и не нравится в каждой группе?

Чего положительного можно найти в «негативной» полярности и наоборот?

Какие бы элементы из каждой группы составили рисунок вашего состояния сейчас? (помогает принять свои противоположности в самом себе).

Обсуждение опыта занятия.

5.3. Тема 13. «**Метафорический портрет участника**».

Теоретическая часть. Понятия «автопортрет», «метафора»

Практическая часть. Выполнение работы индивидуально и в парах. совместная групповая работа. Каждый участник рисует свой автопортрет не в стиле реализма. Дальше участники разбиваются на пары и рисуют портрет своего партнера абстрактно, пока тот рассказывает что-то в течение 3 минут. Потом все автопортреты вывешиваются на доску и каждый участник пытается почувствовать какой из автопортретов нарисован его партнером и делает выбор, прикладывает нарисованный портрет к выбранному наиболее похожему.

Обсуждение результатов работы и опыта занятия.

5.4. Тема 14. **Диагностическая работа.**

Теоретическая часть. Понятие «эмоциональный интеллект».

Практическая часть. Проведение теста эмоционального интеллекта Холла и исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, Дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду)

Рисунок «Мое состояние».

Представление творческих работ и обсуждение опыта занятия.

5.5. Тема 15. «**Подарок**»

Теоретическая часть. Подарок.

Практическая часть. Практика «Подарок». Каждый участник группы дарит что-то остальным (вырезки из журналов или рисунок) объясняя что он дарит. Коллективная работа, создание общегруппового арт-объекта «Наша группа» из любых арт-материалов.

5.6. Тема 16. «**Звездное небо**»

Теоретическая часть. «Качества личности»

Практическая часть. Техника «Звездное небо» лекция «1 Сентября» М.В.Гололобова. Каждый пишет на вырезанной звездочке в центре своё имя и свое позитивное качество. Участники группы обмениваются звездочками и дописывают друг другу по еще одному позитивному качеству, пока звездочки не вернутся к тому, кто их отправлял. Возможно сделать общее пространство неба или прикрепить на ткань, заранее приготовленную.

Обсуждение опыта занятия.

6. **Итоговое занятие.**

Подведение итогов.

Практическая часть. Создание общей выставки работ участников группы. Обсуждение результатов работы в группе за год.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Учебно-методическое обеспечение программы

Реализация программы «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»» предполагает следующие формы организации образовательной деятельности: индивидуальная творческая работа, творческая работа в парах, творческая работа в малых группах и творческая совместная работа всей группы, индивидуальная презентация работы, групповое обсуждение (шеринг).

При реализации программы используются следующие методы и приемы обучения: теоретическая информационная часть — сообщение ведущего по теме занятия, индивидуальная творческая работа, групповое обсуждение (шеринг), демонстрация (представление) своей работы, элементы тренинговых заданий-игр, игровые моменты, танцевально-двигательные упражнения для сностройки группы на совместную творческую деятельность, совместная творческая работа в парах и небольших группах, совместная общая творческая работа всей группы.

Образовательный процесс обеспечивается следующими дидактическими материалами:

1. репродукции картин русских художников пейзажистов (И.И. Левитан, И.Шишкин и И. Айвазовский);
2. Метафорические ассоциативные карты «Деревья», «Портреты»;
3. Мягкий плюшевый мяч, клубок ниток;
4. Групповые правила взаимодействия;
5. Бланк настроения

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Требования к помещению для занятий:

Для проведения занятий необходимо светлое просторное помещение с зоной для художественного творчества со столами и стульями и свободным пространством для движения.

Средства обучения и воспитания:

1. дидактические материалы;
2. бланки настроения;
3. мягкий мяч;
4. арт-материалы;
5. бумага;
6. просторный кабинет с рабочими столами и стульями для художественного творчества и пространством для движения;
7. телефон с видеокамерой и принтер для печати изображений.

Расходные материалы:

1. Бумага для принтера 1 упаковка;
2. Цветные карандаши 12 цветов;
3. Краска акварель и гуашь,
4. Пастель сухая 12 цветов;
5. Пастель масляная 12 цветов;
6. Восковые мелки;

7. Планшет для рисования на стекле с двух сторон;
8. Кисти разного размера;
9. Простой карандаш;
10. Стирательная резинка;
11. Баночка для воды;
12. Клей-карандаш;
13. Пластилин.

4.3. Кадровое обеспечение программы.

Программа «Развитие эмоционального интеллекта подростков с помощью арт-терапевтических техник «Калейдоскоп»» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

4.4. Учебно-информационное обеспечение программы

Перечень литературы, используемой педагогом:

Большой психологический словарь / сост. и отв. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004.

Венгер А. Психологические рисуночные тесты. М.: Владос, 2003.

Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ/ Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой; [науч. Ред. Е.Ефимова]. - 11-е изд., переработанное и дополненное. - Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2021. - 544 с.

Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание. Психологические игры для старшеклассников и студентов / ил. Т. Бедаревой. — СПб.: Питер, 2008. — 190 с: ил.

Дифференциальные шкалы эмоций (по К.Изарду) // Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. – СПб., 2003. – С.226-227

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).

Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006. — 160 с, илл.

Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. – М., 2004.

Копытин А. И. Руководство по групповой арт-терапии. - СПб.:Речь, 2003.-320 с.

Копытин А.И. Психодиагностика в арт-терапии. - Санкт-Петербург; Москва: Речь, 2022. -288с.

Копытин А.И. «Эмоциональный интеллект и психическое здоровье» Программа развития эмоциональной сферы пациентов с психическими и поведенческими расстройствами с использованием арт-терапевтической технологии.

Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. 2-е стереотип, изд.— М.: Когито -Центр, 2014.— 197 с.

Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий./Л.Д.Лебедева. - Санкт-Петербург; Москва: Речь, 2023.

Психогимнастика в тренинге/ Хрящева Н.Ю [и др.]; под ред. Н.Ю.Хрящевой. - Спб.: Речь, 2014. - 272 с.

Рогожкина Л.Н. Формирование навыков ассертивного поведения у подростков. Выпускная квалификационная работа.// ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет». Екатеринбург, 2020.

Сергиенко Е. А., Ветрова И. И. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо «Эмоциональный Интеллект» (MSCEIT v. 2.0) русскоязычная версия.

Тарарина Е. Практикум по арт-терапии в работе с детьми (Библиотека Арт-терапевта). - М.: ООО «Вариант» 2019. - 250с.

Фопель К. Чтобы дети были счастливы: психологические игры и упражнения для детей школьного возраста – М., 2005.

Перечень литературы, рекомендуемой для учащихся и их родителей:

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ/ Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой; [науч. Ред. Е. Ефимова]. - 11-е изд., переработанное и дополненное. - Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2021. - 544 с.;

2. Дэниел Пинк Будущее за правым полушарием. Что делать, чем думать и как быть в век нового творческого мышления/ Дэниел Пинк; [пер. с англ. Е.В.Кулешова]. - М.: РИПОЛ классик: Открытый мир, 2009. - 320 с. : с ил. - (Новый взгляд).

3. Лабиринты души: Терапевтические сказки/ Под ред. О.В.Хухлаевой, О.Е.Хухлаева. - 16-е изд. - М.: Академический проект, 2022. - 207 с.