

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад № 12 г. Татарска

(МКДОУ – детский сад № 12)

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета

Протокол № 1 от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий А.В. Русакова
Приказ № 248 от 31.08.2026 г.



Рабочая программа

«Элементы арт - терапии в работе с детьми старшего дошкольного возраста»

Составитель:

педагог-психолог, Ркусакова Н.В.

2026 г.

Содержание

Целевой раздел.....	3
Актуальность.....	3
Цели и задачи	3
Содержательный раздел.....	3
Предполагаемый результат.....	5
Практический раздел.....	5
Результативность.....	7
Литература.....	18

Целевой раздел

Актуальность

Эмоциональное состояние участников образовательного процесса вызывает сегодня серьезную тревогу. У детей отмечается высокая тревожность, часты проявления общей апатии или, напротив, повышенной раздражительности или агрессивности. У педагогов, родителей наблюдается повышенная раздражительность на незначительные, мелкие события; переживание негативных эмоций, чувство неосознанного беспокойства, депрессивные состояния. Всё это приводит к тому, что на сегодняшний момент необходимо искать новые средства психолого-педагогической поддержки предупреждения негативных эмоций у участников образовательного процесса.

В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки участников образовательного процесса, можно успешно использовать элементы арт-терапии. Она напрямую связана с изобразительной деятельностью и включает в себя множество разнообразных форм и методов, которые могут использоваться участниками образовательного процесса.

Цель: повышение уровня собственной компетенции о применении элементов арт-терапии в работе педагога-психолога в ДОУ.

Задачи:

- ❖ Изучение возможностей метода арт-терапии и применение разнообразных форм и методов работы в организации психолого-педагогического сопровождения всех участников учебно-воспитательного процесса.
- ❖ Знакомство и изучение практических методов использования различных направлений арт-терапии.
- ❖ Использование элементов арт-терапии в работе с родителями.
- ❖ Обобщение и распространение полученного опыта по теме самообразования через консультации, мастер-классы, участие в конкурсах, выступлениях на РМО, педсоветах, метод часах.

Содержательный раздел.

Арт-терапия - направление, использующее художественное творчество, "лечение искусством". Более подробное определение дает И.В. Сусанина: "Арт-терапия - это область, которая использует невербальный язык искусства для развития личности в качестве средства, дающего возможность контактировать с глубинными аспектами нашей духовной жизни".

Одной из важнейших задач арт-терапии является восстановление нарушенных связей между чувствами и разумом, развитие целостной личности, обнаружение личностных смыслов через творчество. Можно назвать и такие задачи, как помощь человеку в «самораскрытии и самореализации», стимулирование «личностного роста».

Арт-терапия - естественный и бережный метод исцеления и развития души через художественное творчество, активно развивающийся как комплекс психотерапевтических методик. Для методов арт-терапии характерно то, что в центре внимания находится не столько произведение искусства (продукт творчества), сколько конкретная и уникальная личность автора с ее потребностями, мотивами, ценностями и стереотипами. При этом рассматриваются процессы взаимодействия личности с произведением искусства (с творческой продукцией) во всем их качественном многообразии. Здесь нет никаких норм,

есть лишь некоторые параметры для относительного сравнения, например, по глубине воздействия.

В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки участников образовательного процесса, можно успешно использовать элементы арт-терапии. Она напрямую связана с изобразительной деятельностью и включает в себя множество разнообразных форм и методов, поэтому уместно будет вести речь об инновационных техниках и приемах, которые могут использоваться участниками образовательного процесса.

Арт-технологии (от англ. art – «искусство, мастерство») – новое перспективное направление в современном образовании. В их основе находится тот или иной вид искусства.

Арт-метод в научно-педагогическом понятии – это забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами спонтанной художественной деятельности.

Арт-терапевтические методы работы с детьми и взрослыми – это безопасный способ разрядки разрушительных эмоций. Он позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять, повышает адаптационные способности человека к повседневной жизни, снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением у детей, работой у педагогов и воспитанием у родителей.

Современная арт-терапия включает множество направлений.

В работе с детьми и взрослыми можно успешно применять такие арт-терапевтические методы как музыкотерапия, сказкотерапия, танцетерапия, фототерапия, изотерапия.

Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушения общения, возникающее по разным причинам. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряжённость.

Песочная терапия – один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребёнок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.

Изотерапия – это мощное средство самовыражения, облегчающее путь для проявления чувств. Терапия искусством позволяет максимально реализовать творческие способности, помогает познать своё предназначение. Благодаря рисованию, человек легче воспринимает болезненные для него события.

Предполагаемый результат:

- Повышение качества уровня собственной компетенции о применении элементов арт-терапии в работе педагога-психолога в ДОУ.
- Разработка пакета материалов для изучения по теме самообразования.
- Разработка практических рекомендаций для воспитателей и родителей по теме самообразования.

Участники: дошкольники подготовительной группы

Срок реализации данной темы: 1 год

Структура развивающего 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).	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.

Введение и “разминка” (5минут)

Этап творческой работы (10минут)

Этап обсуждения (10минут)

Учебно-тематический план

Структурной особенностью программы является блочно-тематическое планирование содержания занятий. Основные разделы программы группируются вокруг единой темы. Содержание каждого года основывается на трех тематических блоках.

№ п/п	Тема (раздел)	Всего
	Основные задачи	
1	«Я и мой мир» - 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.	12
2	«Эмоции и чувства» - Создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, безопасности, взаимопомощи, эмоциональной поддержки.	12
3	«Социальные навыки» - Формирование значимых групповых норм взаимодействия, развитие ценных социальных навыков, улучшение межличностных отношений.	12
ИТОГО:		36

Содержание разделов

Тематический план занятий с детьми

СТАРШИЙ ВОЗРАСТ (5-7 лет)

Блок 1. Я и мой мир

№ п/п	Название занятия	Содержание	Цель	Срок реализации
1-2.	«Встреча со звездочетом»	1. Необычное приветствие. 2. Знакомство. «На что похоже имя?». 3. Встреча со звездочетом. 4. Упражнение «Ассоциации». 5. Цветотерапия «Цвет сказки». 6. Сказка звездочета. 7. Упражнение «Герои сказок приходят на помощь». 8. Рефлексия. 9. Ритуал прощания. Домашнее задание.	1. Знакомство друг с другом и психолога с группой. 2. Создание сказочной атмосферы. 3. Стимулирование творческого самовыражения.	С Е Н Т Я Б Р Ь -
3.	Тест: «Раскрась картинку».	1. Приветствие. 2. Обсуждение задания. 3. Тест. 4. Рефлексия.	1) желание выполнять задание взрослого (принятие задачи для себя); 2) понимание того, что надо делать (понимание задачи).	
4.	Игра "Взгляд в будущее"	1. Приветствие. 2. Вхождение в сказку. 3. Игротренинг. 4. Рисунок. 5. Рефлексия.	Развитие воображения, изобразительных навыков, активизация мышления и речи.	

		6.Ритуал прощания.		О К Т Я Б Р Ь -
5.	Игра – занятие с сухим песком	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Здравствуй, песок». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	Снижение психофизического напряжения.	
6.	«Путешест вие в мир сказки»	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Изготовление сказочных атрибутов. 4.Упражнение «Ярмарка волшебных вещей». 5.Рефлексия. 6.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие творческого воображения. 2.Стимулирование творческого самовыражения. 3.Установление доверительных отношений в группе.	
7.	Цветотерап ия «Страна Цвета»	1.Вступление. 2.Погружение в цвет. 3.Упражнение 1. «Сказка о том, как появился разноцветный мир». 4.Упражнение 2. «Феи». 5.Упражнение 3. «Цветик – семицветик». 6.Упражнение 4. «Раз-но-цвет- ный». 7.Упражнение 5. Сказка «Знаменитый дождь в Пьембино» (Дж. Родари). 8.Упражнение 6. «Мою руки». 10.Самовыражение в цвете (рисование красками).	1.Расширение представления детей о разных цветах и развитие умения их различать. 2.Развитие слухового и зрительного внимания. 3.Формирование вкусовых образов. 4.Формирование умения плавно и длительно выдыхать. 5.Развитие фантазии и творческого воображения. 6.Воспитание эстетического отношения к цвету и краскам.	

		10.Рефлексия. 11.Ритуал прощания. Домашнее задание.		Н О Я Б Р Ь
8.	«Лесная школа»	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Сказка «Лесная школа» (по З. Лобановской). 4.Коллективная работа – коллаж «Гроздь рябины». 5.Упражнение «Кто ты будешь такой?». 6.Упражнение «Продолжи сказку». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие вариативности и оригинальности мышления. 3.Развитие коммуникативных навыков.	
9.	«Неведомый рай»	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Прослушивание аудиозаписи «Океан». 4.Ароматерапия. 5.Упражнение «Продолжи сказку». 6.Коллаж «Лебединый рай». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие умения направлять свой потенциал в сферу творчества. 3.Стабилизация психических процессов, снятие напряжения.	
10-11	Цветотерапия «Красный цвет»	1.Вступление. 2.Погружение в цвет. 3.Упражнение 1. «Ощущение	1.Расширение представления детей о красном цвете, развитие способности тонко чувствовать цвет.	

		цвета». 4. Упражнение 2. «Он, она, оно, они». 5. Упражнение 3. «Кто самый внимательный». 6. Упражнение 4. «Красные пуговицы». 7. Упражнение 5. «Волшебное превращение». 8. Упражнение 6. «Дары осени». 9. Упражнение 7. «Составление описательного рассказа «Яблоко»». 10. Упражнение 8. «Стихотворение про яблоко». 11. Самовыражение в цвете (Рисование акварельными красками).	2. Развитие слухового и зрительного внимания. 3. Формирование обонятельных, вкусовых и тактильных образов. 7. Формирование умения плавно и длительно выдыхать. 8. Развитие фантазии и творческого воображения.	
12.	Игра – занятие с сухим песком	1. Ритуал приветствия. 2. Разминка. 3. Упражнение «Мы едем в гости». 4. Упражнение «Отпечатки» 5. Рефлексия. 6. Ритуал прощания.	Развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе».	

Блок 2. Эмоции и чувства

№ п/п	Название занятия	Содержание	Цель	Срок реализации
1.	«Огонь и солнце»	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Упражнение «Как появляется Звездочет». 4.Цветотерапия «Магический знак». 5.Упражнение «Что будет?». 6.Танцевально-ритмическое упражнение «Танец Огня и Солнца». 7.Упражнение «Самые солнечные». 8.Рефлексия. 9.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие способности видеть ситуацию с разных сторон. 2.Развитие символических представлений, креативности. 3.Стабилизация психических процессов, снятие напряжения.	Д Е К А Б Р Ь
2.	Игра "Придумай инопланетянина"	1.Приветствие. 2.Рисунок 3.Обсуждение.	Развитие воображения, активизация внимания, мышления и речи.	
3.	Игра – занятие с сухим песком	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Песочный ветер». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	Дыхательное упражнение.	
4-5.	«Сказка о каменном короле»	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Как перебраться	1.Развитие творческих способностей в изобразительной деятельности. 2.Развитие сенсорно-	

		через Огненную реку?». 4.Цветотерапия «Цветной мост». 5.Встреча с жителями Планеты камней. (Элен Нийт. «Сказка о каменном короле»). 6.Упражнение «Камешки на берегу». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания. Домашнее задание.	перцептивной сферы. 3.Развитие вариативности и оригинальности мышления.	Я Н В А Р Ь
6.	Цветотерапия «Желтый цвет»	1.Вступление. 2.Упражнение 1. «Ощущение цвета». 3.Упражнение 2. «Он, она, оно, они». 4.Упражнение 3. «Огонек». 6.Упражнение 5. «Родственные слова». 7.Упражнение 6. «Желтые листья». 8. Упражнение 7. «Ветерок». 9.Самовыражение в цвете (рисование с элементами аппликации).	1.Расширение представления детей о желтом цвете, развитие способности тонко чувствовать цвет. 2.Развитие слухового внимания. 3.Развитие зрительного внимания. 4.Развитие мелкой моторики рук и двигательной координации, расслабление рук. 5.Воспитание умения выполнять движения под музыку, чувствовать ритм и темп данной мелодии.	
7-8.	«Легенда о камне»	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Разговор с камнем». 4.Упражнение «На что похоже?». 5.Рассказ «Легенда о камне» (по А. Глебову) 6.Упражнение «Чтобы вы увидели, если бы смогли взлететь, как птица?». 7.Упражнение «Счастливый конец».	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Гармонизация эмоционального состояния. 3.Активизация мыслительных процессов.	

		8.Цветотерапия. 9.Рисования на камнях. 10.Рефлексия. 11.Ритуал прощания. Домашнее задание.		Ф Е В Р А Л Ь
9.	Психокоррекционные сказки	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Грязнуля (сказка Грязь- грязища и Иван). 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	«Замещение» неэффективного стиля поведения ребенка на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего.	
10.	«Разговор деревьев»	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Сказочный мир деревьев». 4.Рассказ М. Пришвина «Разговор деревьев». 5.Ароматерапия. 6.Рисование «Волшебное дерево». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие сенсорной памяти. 3.Активизация мыслительных процессов. 4.Развитие эмоциональной сферы.	
11.	Игра – занятие с сухим песком	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Необыкновенные следы». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	Развитие тактильной чувствительности, воображения.	
12.	Игра – занятие с	1.Ритуал приветствия.	Развитие и расширение представлений ребенка об	

	сухим песком	2.Разминка. 3.Игра – упражнение «Маленькие волшебники – мы создаем мир». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	окружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека.	
--	-----------------	--	--	--

Блок 3. Социальные навыки

№ п/ п	Название занятия	Содержание	Цель	Сро к реа лиз аци и
1.	«Четыре желания»	1.Приветствие. 2.Вхождение в сказку. 3.Упражнение «Составление загадок». 4.Рассказ «Четыре желания» (по К. Ушинскому). 5.Упражнение «Зимние слова». 6.Рефлексия. 7.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие коммуникативных навыков. 2.Развитие сенсорно- перцептивной сферы. 3.Развитие креативности.	М А Р Т
2.	Игра – занятие с сухим песком	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игра «Песочные строители».	Закрепление знаний о сенсорных эталонах, пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти.	

		4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.		А П Р Е Л Ь
3.	Цветотерапия «Коричневый цвет»	1.Вступление. 2.Упражнение 1. «Ощущение цвета». 3.Упражнение 2. «Он, она, оно, они». 4.Упражнение 3. «Коричневый запах». 5.Упражнение 4. «Грибы». 7.Упражнение 6. Сказка «Лесные силачи». 8. Самовыражение в цвете (Аппликация из обрезков коричневой бумаги).	1.Расгирение представлений детей о коричневом цвете. 2.Совершенствование мелкой моторики рук и координации движений. 3.Развитие связной речи. 4.Стабилизация психических процессов.	
4.	«Чего на свете не бывает?»	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Упражнение «Лабиринт». 4.Упражнение «Кто-то в городе живет». 5. Упражнение «Фантазеры». 6.Упражнение «Необыкновенный город». 7.Рефлексия. 8.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Стимулирование творческого самовыражения. 3.Развитие коммуникативных навыков.	
5.	«Музыкальная шкатулка»	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Упражнение «Музыкальная шкатулка». 4.Цветотерапия «Волшебный цвет музыки». 5.Упражнение «Рисуем музыку».	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Гармонизация эмоционального состояния. 3.Развитие сенсорно- перцептивной сферы.	

		6.Рефлексия.		М А Й
6.	Игра – занятие с сухим песком	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Упражнение «Узоры на песке». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	Закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.	
7-8	«В гостях у Вини-Пуха»	1.Приветствие. 2.Ритуал вхождения в сказку. 3.Сказка «Винни-Пух и все-все-все (А. Милн, пер. Б. Заходера). 4.Упражнение «Волшебная чашка». 5.Упражнение «Плюшевые мишки». 6.Решение проблемных ситуаций. 7.Упражнение «Буки и Бяки». 8.Танцевально-ритмическое упражнение «Танец Бук и Бяк». 9.Рисование «Слонопотам». 10.Рефлексия. 11.Ритуал прощания. Домашнее задание.	1.Развитие творческого воображения и фантазии. 2.Развитие умения свободно и ясно выражать свои мысли. 3.Развитие сенсорной памяти.	
9.	Игра – занятие с сухим песком	1.Ритуал приветствия. 2.Разминка. 3.Игра «Кто к нам приходил?». 4.Рефлексия. 5.Ритуал прощания.	Развитие зрительного и тактильного восприятия.	
10.	Цветотерапия «Зеленый цвет»	1.Вступление. 2.Упражнение 1. «Ощущение цвета».	1.Расширение представления детей о зеленом цвете, развитие способности тонко чувствовать	

		3. Упражнение 2. «Положи и скажи». 4. Упражнение 3. «Зеленая змейка». 5. Упражнение 4. «Лес». 6. Упражнение 5. «Зеленые обитатели леса». 7. Упражнение 6. «Родственные слова». 8. Упражнение 7. Сказка «Зеленушка» (В. Кротов). 8. Самовыражение в цвете (Рисование акварелью по мокрому листу).	цвет. 2. Развитие диалогической речи. 3. Развитие слухового и зрительного внимания. 4. Развитие умения ориентироваться в пространстве. 5. Стабилизация психических процессов.	
11.	Игра "Двое с одним мелком"	1. Приветствие. 2. Рисунок в парах. 3. Рефлексия. 4. Ритуал прощания.	Развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в группе.	
12.	Игра "Неожиданные картинки"	1. Приветствие. 2. Рисунок.	Показать каждому ученику, какой вклад вносит каждый член группы в общий рисунок.	

		3.Рефлексия.		
		4.Ритуал прощания.		

Список литературы:

- 1.Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду», ТЦ «Сфера», М., 2003г.
- 2.Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», Спб, «Речь», 2006г.
- 3.Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Развивающая сказкотерапия для детей», СПб. «Речь», 2006 г.
- 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.Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Планета чудес». Развивающая сказкотерапия для детей. 224 с. обл. Речь, СПб, 2008г.
- 8.Лебедева Л.Д. «Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, система занятий», Спб, Речь, 2008г.
- 9.Монина Г.Б., Ларечина Е.В. «Игры для детей от года до трех лет», Спб, «Речь», 2008г.
- 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.