

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Отрокская средняя общеобразовательная школа**

**Методическая разработка**

***Тема: Текстильная АРТ – терапия как инструмент работы с младшими школьниками с ОВЗ, направленная на сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья учащихся.***

**Педагог-психолог  
МКОУ Отрокской СОШ  
Васютина Татьяна Николаевна**

**с. Отрок, 2024 год.  
Содержание**

|   |       |
|---|-------|
| Аннотация.....  | 4     |
| Введение  |       |
| ○ Обоснование актуальности .....  | 4-5   |
| Основная часть  |       |
| ○ Конспект занятия направленного на сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья учащихся младшего школьного возраста с ОВЗ с помощью текстильной АРТ – терапии, сказкотерапии, мультисенсорной среды, технологии восприятия света и цвета..... | 6-10  |
| Заключение.....   | 11    |
| Список литературы.....  | 12    |
| Приложение .....  | 13-23 |

**Аннотация:** В данной методической разработке представлен опыт работы педагога-психолога по использованию арт-терапевтических технологий.

Текстильная Арт-терапия рассматривается как инструмент прогрессивной психологической помощи, способствующей формированию здоровой и творческой личности, а также реализацией на практике таких функций социализации личности, как адаптационная, коррекционная, регулятивная, профилактическая. Элементы данной техника используется как в групповых, так и в индивидуальных формах работы с младшими школьниками с ОВЗ в системе инклюзивного образования. Основная цель состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Представлен фрагмент занятия.

**Ключевые слова:** *ОВЗ, инклюзия, текстильная Арт-терапия, арт-терапевтические технологии, младшие школьники.*

### **Введение**

#### ***Обоснование актуальности***

Младший школьный возраст важный этап в жизни школьника, происходит становление личности, самопознание, индивидуализация, социализация. Именно в младшем школьном возрасте закрепляются приобретенные умения дошкольного развития. Приветствуются проявления детьми инициативы и самостоятельности, умение действовать в команде в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно – исследовательской деятельности, конструировании и др.

Дети с ограниченными возможностями здоровья – это дети от 0 до 18 лет, имеющие временные или постоянные нарушения в физическом и (или) психическом развитии и нуждающиеся в создании специальных условий для получения образования и социализации в целом.

В младшем школьном возрасте, особенно в адаптационный период, при переходе из дошкольного возраста дети с ОВЗ испытывают личностную незрелость, у них преобладает игровой мотив над учебным. Вопрос развития эмоционально – волевой сферы остается открытым. Некоторые дети не могут выполнять выдвигаемые им требования по усвоению учебных навыков, норм, правил поведения и общения. Методика текстильной АРТ – терапии мягкая среда разработанная доцентом кафедры дошкольного образования института детства и артпедагогики Томского государственного педагогического университета, кандидатом психологических наук Еленой Дмитриевной Файзуллаевой. Мягкая среда помогает педагогу в раскрытии умственного и речевого потенциала, в развитии физических, познавательных, художественно-эстетических и социально-коммуникативных способностей. Создаются условия для развития творческого воображения, творческих способностей младших школьников.

Сегодня важным является развитие у детей с ОВЗ способности самостоятельно и творчески мыслить. Научить этому можно в ситуации требующей осмысления, именно это и определило направление моей работы.

Опираясь на это, я решила применить в работе с детьми ОВЗ в условиях инклюзивного образования Текстильную Арт-терапию как новый метод работы

педагога-психолога, на основе пособий методики мягкая среда тафиЕ.Д.Файзуллаевой.

Дети очень любят создавать что – то своими руками и затем обыгрывать созданное. Задача педагога в младшем школьном возрасте, стимулировать активность каждого ребенка, вызывать у него желание действовать, общаться, играть, решать практические задачи. Игры с разноцветными лоскутками помогают переключиться на совместную деятельность со взрослым, ребенок получает сенсорный опыт, развивает воображение. Вязаные веревочки («вязаные сенсорные карандаши») разного цвета и размера, мною используются для развития психических процессов (восприятие, мышление, воображения, внимание) моторной ловкости пальцев и кистей рук. Для развития мелкой моторики пальцев рук, ручной умелости, как тактильный конструктор применяю «Пальчиковый фитнес» (вязаные шарики (мнушки) разных цветов; палочки-игралочки). Детские эмоциональные переживания, сотрудничество, согласование своих действий с действиями других детей способствует развитию коммуникации. Каждый ребенок по-своему выражает себя, развивая свою индивидуальность, свое «Я».

В структуру занятий включаю мотивационные беседы, проигрывание сюжетов рассказов, сказок в виде театрального действия с использованием мягких вязаных кукол интегрируя их с тканевыми лоскутками, вязаными карандашами, палочками, мячиками. Ведь самый надежный способ обучения – это рассказать и наглядно показать о том, «что такое хорошо и что такое плохо» на примерах из жизни, проигрывая ситуации, проживая их на себе. Сказка не поучает напрямую, местами не досказывает самого главного, а дает возможность ребенку до всего «додуматься» самому, позволяя справляться с трудностями. В сказочной истории содержится и мотивация, и руководство к действию. Вместе мы разбираемся в душевных переживаниях, многие справляются с робостью, страхами, дети становятся более коммуникабельным и открытым для общения, раскрывают свой внутренний мир. Текстильная Арт-терапия наиболее благотворно влияет на внутренний психологический эмоциональный мир человека, дает решить поставленные задачи.

## **Основная часть**

### ***Направленность методической разработки:***

- Развитие концентрации внимания.
- Развитие произвольности внимания, восприятия, запоминания.
- Развитие мышления.
- Развитие моторики.
- Ориентация в пространстве.
- Развитие сенсорных эталонов цвета, формы, величины.
- Развитие мыслительных процессов и творческая активность.
- Формирование умения действовать по образцу.

### ***Конспект занятия***

***Цель:*** сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья учащихся младшего школьного возраста с ОВЗ с помощью текстильной АРТ – терапии, сказкотерапии, мультисенсорной среды, технологии восприятия света и цвета.

### ***Задачи:***

- 1) профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- 2) создание положительного эмоционального состояния;
- 3) формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласование движений собственного тела;
- 4) облегчение состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло;
- 5) формирование адекватной самооценки, преодоление застенчивости и агрессии;
- 6) развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом, самопознания;
- 7) развитие памяти, речи, фантазии, оригинальности мышления;

### ***Оборудование:***

1. Кабинет с затемнением для окон.
2. Ковровое покрытие на полу.
3. Воздушно – пузырьковая колонна с мягкой платформой.
4. Сенсорный уголок «Колонна».
5. Набор лоскутков разного цвета и размера.
6. Вязаные шарики (мнушки) разных цветов.
7. Вязаные палочки-игралочки разных цветов.
8. Вязаные веревочки («вязаные сенсорные карандаши») разного цвета и длины.

### ***Методики работы:***

- 1) цвето-, светотерапия (релаксация с помощью цвета и света);
- 2) звуко-, музыкотерапия (релаксация с помощью звуков и музыки);
- 3) текстильная Арт – терапия;
- 4) сказкотерапия

### ***Структура занятия:***

1. Ритуал приветствия.
2. Комплекс упражнений, направленных на мышечное расслабление.
3. Формирование положительной эмоционально-волевой стабильности; активизация познавательной деятельности. Развитие психических и мыслительных процессов, творческая активность (игры и упражнения с использованием текстильной АРТ - терапии).
4. Релаксация (цветотерапия, музыкотерапия, звукотерапия, мышечная релаксация, оборудования сенсорной комнаты).
5. Обобщение. Ритуал прощания.

### ***Ход занятия***

#### **Ритуал приветствия.** (Приложение 1)

*Упражнение позволяет создать положительный настрой на групповую работу.*

#### ***Упражнение «Приветствие»*** (Приложение 2)

Детям предлагается зайти и поздороваться на занятие необычным способом(выбирают разный способ: пожать руку, кулачек к кулачку, танец, хлопок ладошками) и встать в круг.

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Что вы почувствовали?
- Какой у вас настрой на сегодняшнее занятие?

#### ***Упражнение «Правила круга»***

1. Активность.
2. Уважать мнения товарищей.
3. Здесь и сейчас.
4. Конфиденциальность.

По кругу передается мяч, и каждый участник вспоминает правила круга.

**Комплекс нейропсихологических упражнений, направленных на развитие психических функций, моторных навыков, координации движений.**

#### ***Упражнение «Ловкий и умелый»*** (Приложение 2)

1. Стоя в круге каждый ребенок получает вязаный шарик. Его нужно всем взять в правую руку, всем вместе начать упражнение переложить шарик в левую руку и передать соседу. Таким образом по кругу передаются шарики. Через некоторое время меняем сторону и передаем уже шарики слева на право. Затем передаем шарик за головой. Встаем в пары и передаем шарик крест накрест.

2. Держа в руках вязаный шарик проговариваем стихотворение и при этом руками делаем движения с вязаным шариком.

Поиграю я в футбол  
И забью в ладошку гол. (*Ладонками отбивать мяч.*)  
Сверху левой, снизу правой  
Я его катаю - браво. (*Левой ладонкой катать мяч по правой ладони.*)  
Поверну, а ты проверь -  
Сверху правая теперь!  
(*Правой ладонкой катать мяч по левой ладони.*)  
Вопросы для обсуждения:

- Что получилось, а что нет.
- Какие ощущения испытывали держа вязаный шарик?
- Какой он?

### ***Упражнение «Театр»***(Приложение 3)

Ребята, представьте, что вы актеры в театре, а я режиссёр. Сейчас я прочитаю вам текст. А вы слушайте его внимательно, старайтесь уловить эмоции героев и показывать зрителям как актеры в театре игрой то что я буду вам читать. В руки возьмите понравившийся вам платочек.

#### ***«Сказка о солнышке»***

В далекой-далекой галактике, за много миллионов световых лет от нас живет семья Солнышек. Большое Солнышко - папа, меньшее Солнышко - мама, небольшое Солнышко - сынок и крошечное Солнышко - дочь. Все они живут дружной семьей. Вместе читают, придумывают странные истории.

Каждый из них с самого рождения имеет свою работу, которую выполняет постоянно без перерывов и отпусков - они освещают и греют планеты, которые вращаются вокруг каждого.

И все бы ничего, да Солнышко-сынок славился своей капризностью: капризничает, говорит «не хочу», «не буду» ...

А у тебя такое бывает?

Мама с папой не знают, что делать, как растолковать сыну, что такое поведение не подобает Солнышку, потому что быть Солнышком - это большая честь, но в то же время и большая ответственность-ведь от тебя зависит жизнь на планетах. Там, где есть ответственность, нет места вредности.

Капризничал Солнышко-сынок и сегодня:

- Не хочу светить справа, не хочу стоять на одном месте так долго, не хочу так рано вставать ... Возьму и не буду светить на планету Кипрана, где обитают живые существа. Отвернусь!

И отвернулся Солнышко-сынок от кипрян, и стало там темно-темно. Все жители испугались. Все птицы спрятались в свои домики. Что же с ними будет дальше? Если солнышко не светит, то не растут растения, овощи и фрукты, а когда нет урожая, то нечего и кушать. А без пищи, как известно все, живое существо умирает. Начали плакать маленькие детки - кипряне, потому что, они очень боялись темноты-казалось, что на них нападут монстры или что-то страшное. Но они не знали, что на самом деле почти все монстры тоже боятся темноты.

Кипряне не стали ждать смерти, собрали всех на совещание и начали рассуждать о том, как им дальше жить и что делать, чтобы Солнышко-сынок снова светило на их планету. Странные существа эти кипряне. На подбородке у них были выпуклые глаза, нос дышал и нюхал на животе, а рот разговаривал и ел на спине. И решить проблему они думали так: надо снять на видеокамеру просьбу к Солнышку. Для этого взяли последние фонари, собрали детей и все вместе рассказали Солнышку-сыну, как им без него тяжело жить. Дети, плача, рассказали о своих страхах. Затем, самые смелые запустили ракету и полетели к Солнышку. Летели несколько дней, чтобы передать просьбу.

Солнышко-сынок просмотрел запись (он любил смотреть мультфильмы), но эта запись оказалась печальной. Солнышку стало стыдно за свое поведение и капризы. Он даже расплакался вместе с детьми - кипрянами, которые так боялись темноты.

С тех пор Солнышко-сынок светил на все планеты в своей системе и не капризничал, а слушался папу и маму. И у всех жителей планеты было хорошее настроение, все радовались солнышку.

Какой молодец Солнышко-сынок!

Вопросы для обсуждения:

- Что получилось, а что нет.
- Какие ощущения испытывали при проигрывании?
- А ты тоже не капризничаешь и слушаешься родителей?
- Что запомнили главное из сюжета сказки?

**Формирование положительной эмоционально-волевой стабильности; активизация познавательной деятельности (игры и упражнения с использованием технологии текстильной АРТ-терапии)**

*Упражнение «Стирка»*(Приложение 4)

Ребята у вас у каждого в руках платочки, мы их сейчас будем стирать, повторяйте за мной стихотворение и делайте движения которые спрятаны в стихотворении.



Мы платочки постираем, крепко, крепко их потрем  
А потом прополаскаем и платочки отожмем.  
А потом свои платочки мы встряхнем, встряхнем.  
А потом платки погладим, мы погладим утюгом.  
а потом платочки сложим, и в шкаф уберем.

Молодцы ребята.

Вопросы для обсуждения:

- Трудно было выполнять задание?
- Какие эмоции у вас после выполнения упражнения?

***Упражнение «Волшебный карандаш»***(Приложение 5)

Ребята, сегодня мы с вами на некоторое время превратимся в волшебников. Перед вами волшебные карандаши (вязаные ниточки), вязаные палочки и холсты (платочки).

Нарисуйте на холстах сложный клубок линий, бессмысленно и свободно рисуя ниточками по поверхности холста. Постарайтесь «увидеть» в этих каракулях некий образ и развивайте этот образ уже осмысленно – используя те же ниточки (карандаши). Создавая картину на холсте. А теперь давайте выберем для вашей картины волшебных персонажей из сказок и поселим на ваших волшебных холстах. Молодцы волшебники.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы себя чувствуете?
- Как бы вы назвали свой рисунок?
- Что изображено расскажи?
- Какие чувства вызывают рисунки других участников?
- Постарайтесь найти в группе, сходный с вашим образ или рисунок?

***Упражнение «Пальчиковый фитнес»***(Приложение 6)

Возьмите в руки палочки – игралочки и представьте себе что эта палочка превратится в зайчика. А зайчик будет скакать по ладошке. Повторяем за мной.

Зайка по полю скакал (по ладошке отбивать)

Зайка корм себе искал (по ладошке отбивать)

Вдруг у зайке на макушке выросли вот такие

Длинные ушки (правой рукой проводим по палочке)

Длинные ушки (левой рукой проводим по палочке)

Шорох тихий раздаётся (перекаты в ладошках)

Кто-то по лесу крадется (перекаты в ладошках)

Зайка путает следы (быстро по ладошке отбивать палочкой)

Убегает быстро от беды (продолжать отбивать по руке вверх до локтя)

Прыгнул в бок и обернулся и под кустиком свернулся чтоб найти никто не мог

(прикрыть палочку второй ладошкой)  
Зайка, зайка посмотри (посмотреть в ладошку)  
Это деточки пришли.

Вопросы для обсуждения:

- Ребята что вы чувствовали при выполнении этого упражнения?
- Все ли у вас получилось?

**Релаксация (цветотерапия, музыкотерапия, звукотерапия, мышечная релаксация).**

***Упражнение на снятие мышечного напряжения***(Приложение 7)

*Используется сенсорный уголок «Колонна» с музыкальным сопровождением, спокойная мелодия.*

Мы спокойно отдыхаем,  
Сном волшебным засыпаем...  
Хорошо нам отдыхать!  
Но пора уже вставать!  
Крепко кулачки сжимаем,  
Их повыше поднимаем.  
Потянуться! Улыбнуться!  
Всем открыть глаза и встать!

***Упражнение «Обобщение».***(Приложение 8)

- А заканчиваем мы нашу встречу необычным посланием, осознанием себя на текущий момент. Оставьте в памяти эти приятные ощущения от нашего волшебного мира, который мы с вами вместе создали на занятии. Возьмите в руки наши волшебные карандаши (веревочки). Нарисуйте ваше настроение, на холстах, можно в виде смайлов и др.

Вопросы для обсуждения:

- Выразите свои эмоции от нашего занятия.
- Как вы себя чувствуете?
- Что больше всего понравилось, запомнилось на занятии?

**Ритуал прощания.**

**Упражнение «Цвет моего настроения»**

По кругу передается вязаный шарик (мнушка), и каждый участник называет цвет, который соответствует его настроению (зеленый – отличное, желтый – хорошее, красный – грустное). *Это процедура единого прощания объединяет детей.*

## Заключение

В эпоху компьютеризации и информационных технологий детям не хватает практического опыта манипуляции с различными предметами, не хватает качественных игрушек из натуральных материалов. Данное мягкое пособие из текстиля удовлетворяет эту потребность.

Используемые мною элементы технологии текстильной АРТ-терапии, полезны для формирования личности каждого ребенка по всем направлениям. Они благотворно влияют на раскрытие умственного и речевого потенциала, на развитие физических, познавательных, художественно-эстетических и социально-коммуникативных способностей, многие справляются с робостью, страхами, дети становятся более коммуникабельными и открытыми для общения, раскрывают свой внутренний мир. Также пособия универсальные сочетаются между собой, дополняя друг друга предоставляя большую палитру вариантов использования в образовательной деятельности. Подходят для детей с ОВЗ младшего школьного возраста.

Таким образом, можно сказать, что текстильная АРТ-терапия стимулирует активность каждого ребенка с ОВЗ, помогает в общем развитии, вызывает у него желание действовать, общаться, играть, решать практические задачи.

**Материалы работы по данной теме были опубликованы в методических сборниках:**

1. «Текстильная АРТ-Терапия с элементами сказкотерапии в работе педагога-психолога с детьми младшего школьного возраста» сборник методических материалов и статей Международного конкурса педагогического мастерства работников образования «Лучший методический материал» (Новосибирск, 2023г.)
2. Применение элементов АРТ-Терапии в развитии воображения младших школьников// Международное сетевое издание «Солнечный свет» / отв.ред. И. Косымина – Новосибирск, 2023.

## Список литературы

1. Арт-методики для развития малышей: Методическое пособие для реализации комплексной образовательной программы «Теремок» (от 2 месяцев до 3 лет)/ под ред. И.А.Лыковой. – Москва: Издательский дом «Цветной мир», 2018 – 128 с.
2. Арт-терапия – новые горизонты / под ред. А.И.Копытина. – М.: Когито-Центр, 2006.
3. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты. – М.: Владос-пресс, 2006.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. – СПб.: Речь, 2003.
5. Келиш Эбби Арт-терапия: неортодоксальный, альтернативный или комплиментарный подход к психотерапии. Электронная версия // <http://www.arttherapy.ru/publication/content/25.htm>
6. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – СПб.: Речь, 2007. 8. Копытин А. И. Арт-терапия. Электронная версия // <http://webcommunity.ru/941.htm>
7. Использование методов арт-терапии в работе с детьми ОВЗ младшего школьного возраста // <http://www.moi-detsad.ru/konsultac/konsultac2714.html>
5. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. С.Пб, «Питер», 2001.
6. Файзулаева Е.Д. «Мягкая педагогика». Воспитание детей раннего возраста: Учебно-методическое пособие для реализации комплексной образовательной программы «Теремок»/ Под ред. И.А. Лыковой. М.: «Цветной мир», 2021. 88 с.
7. Файзулаева Е.Д. Практическая нейропсихология для педагогов (с использованием сенсорно-тактильных пособий «ТАФИ»): методическое пособие / Е.Д. Файзулаева, А.И. Сергеева – Томск: ООО «Академия счастливого детства», 2018 – 71 с.

Ритуал приветствия.



*Упражнение «Ловкий и умелый».*





*Упражнение «Театр»*



*Упражнение «Стирка».*





*Упражнение «Волшебный карандаш»*



*Упражнение «Пальчиковый фитнес»*





*Упражнение на снятие мышечного напряжения*





Приложение 8

*Упражнение «Обобщение».*



Приложение 9

*Упражнение «Цвет настроения».*



Приложение 10

*Различные упражнения на развитие психических функций моторных навыков, координации движений, при использовании технологии*



*текстильной АРТ-терапии младших подростков с ОВЗ*

