

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Северская гимназия»

**Дополнительная общеразвивающая  
общеобразовательная программа**

**Глинотерапия**

(для учащихся 1-5 классов)

Срок реализации: 7 месяцев

Составил:

Пипякина Мария Александровна,  
школьный психолог

г. Северск

2024г.

## Пояснительная записка

### Актуальность программы.

Из глины может лепить каждый. Любой человек может скатать шарик или «колбаску», расплющить ее пальцами, а потом соединить все это, создав скульптуру. Глина – это чудесный медиум. Ее мягкая субстанция активизирует тактильные ощущения, пробуждая чувство радости. В качестве материала для терапевтической работы глина имеет сразу несколько преимуществ. Во-первых, дети способны воспринимать глину и с закрытыми глазами, а это значит, что изображение может обрести законченную форму без помех, которые в виде критики неизбежно оказывают влияние на процесс, при наличии зрительного восприятия. Во-вторых, работа с глиной не требует каких-то специальных условий, а высохшую глину легко устранить – после работы ее можно смести со столов, как пыль. В-третьих, глина, как материал содержит массу возможностей для работы. Она мягка и податлива, хорошо размягчается водой. Ее можно формировать руками, ее можно взбивать, бросать, мешать, разбивать – снова и снова она будет подчиняться. Она чутко реагирует, меняется и несмотря на это все же не разрушается, она остается глиной, из которой можно снова сформировать ком.

С глиной каждый легко может стать мастером. Она дает возможность получать как тактильные, так и кинестетические ощущения. Она сближает людей с их чувствами. Возможно, благодаря своей пластичности глина обеспечивает союз средства и человека, использующего его. Способность глины вызывать при работе с ней определенные сенсорные ощущения часто служит для людей мостиком между ощущениями и чувствами. Дети, которые рассержены, при работе с глиной могут различными способами дать выход своему раздражению. Те лица, которые испытывают чувство неуверенности и страха могут обрести ощущения контроля и владения собой благодаря работе с глиной. Дети, испытывающие необходимость в улучшении самооценки, получают необыкновенное ощущение Я в процессе использования глины.

Этот вид творчества – самый наглядный из всех видов искусства и позволяет психологу наблюдать за состоянием ребенка. Психолог действительно может видеть, что происходит с ребенком, наблюдая за тем, как тот работает с глиной. Эта работа – хороший способ стимулировать словесное выражение чувств у детей, которым не хватает таких способностей. Ребенок может получать удовольствие от использования глины как от самостоятельной деятельности, но лепка может также приобщить к подлинной социальной активности. В процессе такой активности дети ведут беседы друг с другом.

Они часто взаимодействуют друг с другом на новом уровне, делятся друг с другом сообщениями, мыслями, чувствами, ощущениями.

Глинотерапия – это проективная методика, она помогает актуализировать на символическом уровне динамику внутреннего мира человека. Глина передает характер и эмоции человека. Вымешивание глины позволяет подумать, осмыслить, выбрать, принять решение. Процесс вымешивания глины носит терапевтический характер. Глинотерапия позволяет отреагировать, осознать и переработать психотравматический опыт; это безопасный способ разрядки разрушительных тенденций, опирается на здоровый потенциал психики, прибегает к ресурсам, способствует бучению новым моделям поведения и развитию творчества.

Важен сам процесс творчества, конечный продукт творчества. Формирование энергии собирания, удержания и расслабления – это один из глубинных смыслов лепки из глины. Можно научиться собирать, накапливать энергию, научиться ее удерживать и расслабляться на символическо-действенном уровне. Таким образом, лепка куба на бессознательно-символическом уровне формирует энергию собирания; лепка шара формирует энергию удержания; лепка плоскости позволяет расслабиться. Вылепить из глины свое состояние или проблему, идею или движение, а потом созерцать продукт своего творчества – все это реально. Когда ребенок или взрослый изучает свое творение, внутреннее чувство гармонии подсказывает им, какие изменения необходимы его скульптуре. И здесь начинается волшебство. В реальности осуществляется настоящая метаморфоза, когда ребенок или взрослый изменяет свою скульптуру, делает ее гармоничной.

Есть немало детей и взрослых, которым сложно контролировать свои эмоции. Благодаря лепке человек может научиться управлять собой. Так осмысленная лепка может научить регуляции эмоций, владению ими. Точно также человек может вылепить свое желание или идею. Рассмотреть и внести гармонизирующие изменения. Корректируя глиняную форму, человек фактически своими руками изменяет внутреннюю и внешнюю ситуацию к лучшему. И это настоящее волшебство.

На основании вышеизложенного, разработана программа по глинотерапии, позволяющая применить психотерапевтические «инструменты» саморегуляции, самопознанию и самоанализу.

### **Цели и задачи курса**

Цель данной программы:

- создать условия для снижения тревожности;
- снятия мышечных зажимов;

- эмоциональной разрядки детей с психоэмоциональными расстройствами.

### **Задачи программы:**

- способствовать снижению агрессивности, страхов, тревожности у детей;
- оказать психотерапевтическую помощь детям с гиперактивностью, замкнутостью, аутичным детям;
- оказать психотерапевтическую помощь детям, пережившим травматические ситуации с целью восстановления их психической чувствительности;
- развивать творческое воображение, фантазию;
- развивать способность выразить свои чувства на символическом и вербальном уровне;
- помочь детям достичь взаимопонимания и сотворчества через совместную творческую деятельность;
- развивать мелкую моторику, сенсорные ощущения;
- способствовать становлению произвольной регуляции поведения;
- способствовать осознанию у детей своих чувств, переживаний, побуждать детей к размышлениям, самоанализу, личностному росту.

### **Методы, используемые на занятиях:**

- танцевальные упражнения;
- упражнения на визуализацию образов;
- игры;
- лепка;
- обсуждение;
- релаксация.

Программа рассчитана в том числе и для обучения детей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) и детей-инвалидов.

Программа обеспечивает реализацию прав детей с ОВЗ и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования, что является одной из важнейших задач государственной образовательной политики. Расширение образовательных возможностей этой категории обучающихся является наиболее продуктивным фактором социализации детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья в обществе.

Программа «Глинотерапия» решает проблему реализации образовательных потребностей детей, относящихся к данной категории, защиты прав, адаптации к условиям организованной общественной поддержки их творческих способностей, развития их жизненных и социальных компетенций.

Получение детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья данной категории дополнительного образования способствует социальной защищенности на всех этапах социализации, повышению социального статуса, становлению гражданственности и способности активного участия в общественной жизни и в решении проблем, затрагивающих их интересы.

Дополнительное образование для детей с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) означает, что им создаем условия для вариативного обучения по программе дополнительного образования, что позволяет им осваивать социальные роли, расширять рамки свободы выбора при определении своего жизненного пути.

Программа по глинотерапии «Глинотерапия» рассчитана на детей и младшего и среднего школьного возраста, возраст участников – 7 - 12 лет.  
Количество – 27 занятий. Время проведения занятия – 60 мин.

**УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ  
«ГЛИНОТЕРАПИЯ»**

№ занятия	Название тем	Общее кол-во часов
1	Знакомство с группой. Произвольная лепка.	2
2	Знакомство с эмоциями	2
3	«Образ из шара».	2
4	Экскурсия в мир глины	2
5	Мои отпечатки	2
6	«Мое настроение».	2
7	Тонфельд-терапия.	2
8	«Азбука» - Создание простых форм.	2
9	«Мой человечек».	2
10	«Мой страх».	2
11	Лепка посуды из колец	2
12	«Мой гнев».	2
13	Лепка посуды пластическим способом	2
14	«Моя грусть».	2
15	Лепка посуды от пласта	2
16	«Моя радость».	2
17	«Путешествие в подводное царство»	2
18	«Мой образ».	2
19	Игрушка-сувенир	2
20	«Совместная лепка».	2
21	«В дымковской сказочной стране»	2
22	Лепка с закрытыми глазами	2

23	«Братья наши меньшие» Лепка домашних животных (комбинированный способ) (конструктивный способ)	2
24	Отгиск	2
25	Жгутовый способ лепки	2
36	Глиняный ляп	2
27	Резервное время	1