

МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ КРЕАТИВНЫХ ИНДУСТРИЙ
КАФЕДРА ДИЗАЙНА И ТЕХНОЛОГИЙ

ОТЧЕТ
ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ ПО ПОЛУЧЕНИЮ
НАВЫКОВ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Студент
гр. ПО2-23-ИИ1



А.М. Ширинян

Руководитель
ассистент доцент кафедры ДЗТ



Ю.Ю. Макиевская

Владивосток 2025

Содержание

1 Путевка.....	3
2 График (план).....	4
3 Индивидуальное задание	6
4 Отзыв руководителя практики.....	8
5 Дневник прохождения практики	9
6 Отчет об исследовательской работе.....	11


ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ КРЕАТИВНЫХ ИНДУСТРИЙ

ПУТЕВКА

Студент А.М. Ширинян
учебная группа БПО-23-ИИ1

согласно приказу ректора № 1845 от «25» июня 2025 г.

Направляется в ФГБОУ ВО «ВВГУ», Институт креативных индустрий, кафедра ЛЭТ, г. Владивосток для прохождения учебной практики по получению навыков исследовательской работы по основной профессиональной образовательной программе 44.03.05 Педагогическое образование. Изобразительное искусство и игропедагогика. на срок 3 недели с «07» июля 2025 г. по «26» июля 2025 г.

Руководитель практики от выпускающей кафедры ВВГУ  Ю.Ю. Макиевская

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ КРЕАТИВНЫХ ИНДУСТРИЙ

РАБОЧИЙ ГРАФИК (ПЛАН)

учебной практики по получению навыков исследовательской работы

Студента А.М. Ширинян
группы БПО-23-ИИ1 курса 2 основной профессиональной образовательной программе
44.03.05 Педагогическое образование. Изобразительное искусство и игропедагогика.
Место прохождения практики: ФГБОУ ВО «ВВГУ», Институт креативных индустрий,
кафедра ДЭТ, г. Владивосток
Сроки прохождения практики: с «07» июля 2025 г. по «26» июля 2025 г.

№ п/п	Этапы (периоды) практики НИР	Вид работ	Срок прохождения этапа (периода) практики	Форма отчетности
1	Подготовительный этап	1. Организационное собрание (конференция) для разьяснения целей, задач, содержания и порядка прохождения практики. 2. Разработка индивидуального задания.	07.07.2025	1. Рабочий график (план). 2. Индивидуальное задание
2	Исследовательский (эмпирический) этап	Развернутое описание поставленной задачи с точки зрения ее актуальности, истоков возникновения проблемы, возможных форм проявлений и последствий. Анализ содержания проблемы с точки зрения сфер, которые она затрагивает. Разбивка поставленной цели исследования на задачи, разработка плана исследования, выбор методов исследования.	08.07.2025 - 12.07.2025	Отчет по практике
3	Аналитический этап	Определение перечня информации/данных, необходимых для анализа и поиска решения поставленной задачи. Определение источников необходимой информации/данных. Сбор и систематизация информации/данных. Контактная работа с руководителем практики от университета.	14.07.2025 - 19.07.2025	Отчет по практике

№ п/п	Этапы (периоды) практики НИР	Вид работ	Срок прохождения этапа (периода) практики	Форма отчетности
4	Заключительный этап	Формулировка выводов и заключений по результатам проведенного анализа информации, разработка и обоснования решений, поставленных задач на основе полученных результатов исследования; определение возможных направлений дальнейших исследований анализируемой проблемы. Обсуждение результатов исследований.	21.07.2025 - 26.07.2025	Защита отчета по практике

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ КРЕАТИВНЫХ ИНДУСТРИЙ

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

на учебную практику по получению навыков исследовательской работы

Студента Ширинян Алины Мгеровны

группы БПО-23-ИИ1 курса 2 основной профессиональной образовательной программе

44.03.05 Педагогическое образование. Изобразительное искусство и игропедагогика.

Место прохождения практики: ФГБОУ ВО «ВВГУ», Институт креативных индустрий,
кафедра ДЗТ, г. Владивосток

Руководитель практики от ВВГУ:

ассистент кафедры ДЗТ Макиевская Ю.Ю.

Сроки прохождения практики: с «07» июля 2025 г. по «26» июля 2025 г.

Содержание задания на практику:

Основная цель прохождения практики: формирование компетенций, необходимых для самостоятельной исследовательской работы.

В ходе практики студент(ка):

1) Осуществляет анализ поставленной задачи:

- определение актуальности поставленной задачи;
- определение цели исследования и разбивка ее на задачи;
- разработка плана исследования;
- выбор методов исследования.

2) Осуществляет сбор и анализ информации:

- определение перечня данных, необходимых для поиска решения поставленной задачи;
- определение источников необходимой информации;
- сбор и систематизация информации.

3) Осуществляет решение поставленной задачи:

- разработка и обоснование решения поставленной задачи;
- формулировка выводов на основе результатов исследования;
- определение возможных направлений дальнейших исследований проблемы.

Содержание индивидуального задания на практику: «Арт-терапевтические методы как средство преодоления тревожности школьников и формирования позитивной учебной среды на уроках изобразительного искусства (5–11 классы)»

Планируемые результаты практики:

ОПК-9 – СПОСОБЕН ПОНИМАТЬ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИХ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ОПК-9.1в – Применяет современные информационные технологии для решения поставленных задач
знать: процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, представления, распространения информации и способы осуществления таких процессов и методов (информационные технологии)

уметь: анализировать профессиональные задачи, выбирать и использовать подходящие информационные технологии

владеть: навыками работы с данными с помощью информационных технологий.

УК-1 - СПОСОБЕН ОСУЩЕСТВЛЯТЬ КРИТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМНЫХ СИТУАЦИЙ НА ОСНОВЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА, ВЫРАБАТЫВАТЬ СТРАТЕГИЮ ДЕЙСТВИЙ

УК-1.1 в: Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи

знать: основные подходы к поиску источников исследовательской информации

уметь: критически оценивать, отбирать, обобщать и использовать информацию из различных отечественных и зарубежных источников в рамках поставленных задач

владеть: навыками поиска и критического анализа информации, необходимой для решения поставленных задач.

УК-1.3 в: Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие

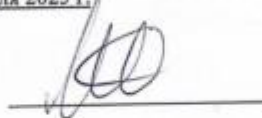
знать: основы системного подхода к анализу поставленной задачи, выделению её базовых составляющих

уметь: анализировать полученные результаты исследования и формулировать выводы и заключения

владеть: навыками использования полученных результатов исследования для разработки и обоснования решений поставленных задач

Дата составления: «07» июля 2025 г.

Руководитель практики



Ю.Ю. Макиевская

ОТЗЫВ

руководителя практики об обладании студентами компетенциями

В результате прохождения практики студент Ширинян А.М. показал (а) обладание следующими компетенциями на следующем уровне:

Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Сформированы полностью	В целом сформированы	Не в полной мере сформированы	Не сформированы
ОПК-9 – СПОСОБЕН ПОНИМАТЬ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИХ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	ОПК-9.1в – Применяет современные информационные технологии для решения поставленных задач	сформированы			
УК-1 - СПОСОБЕН ОСУЩЕСТВЛЯТЬ КРИТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМНЫХ СИТУАЦИЙ НА ОСНОВЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА, ВЫРАБАТЫВАТЬ СТРАТЕГИЮ ДЕЙСТВИЙ	УК-1.1в: Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи	сформированы			
	УК-1.3 в: Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие	сформированы			

Руководитель практики



Ю.Ю. Макиевская

ДНЕВНИК

прохождения учебной практики по получению навыков исследовательской работы

Студент А.М. Ширинян

группы БПО-23-ИИ1 курса 2 основной профессиональной образовательной программе
44.03.05 Педагогическое образование. Изобразительное искусство и игропедагогика.

Место прохождения практики: ФГБОУ ВО «ВВГУ», Институт креативных индустрий,
кафедра ДЗТ, г. Владивосток

Руководитель практики от ВВГУ:

ассистент кафедры ДЗТ Макиевская Ю.Ю.

Наименование конкретных работ (мероприятий)	Количество часов	Оценка руководителя практики
Организационное собрание	1	5
Инструктаж по технике безопасности	1	5
Согласование рабочего графика работы над темой исследования и консультаций с руководителем практики от кафедры (или от предприятия/научного учреждения, если оно является базой практики). Встреча с учеными, научными сотрудниками кафедры, руководителем практики для обсуждения тем исследований, основ методологии исследования. Встреча с сотрудниками РИАЦ по темам: научно-информационные ресурсы ВВГУ, оформление библиографических списков в научных работах.	4	5
Развернутое описание поставленной задачи с точки зрения ее актуальности, истоков возникновения проблемы, возможных форм проявлений и последствий. Анализ содержания проблемы с точки зрения сфер, которые она затрагивает. (УК-1.3). Разбивка поставленной цели исследования на задачи, разработка плана исследования, выбор методов исследования. Еженедельные консультации с руководителем практики от научного учреждения университета.	24	5
Определение перечня информации/данных, необходимых для анализа и поиска решения поставленной задачи. Определение источников необходимой информации/данных. Сбор и систематизация информации/данных. Контактная работа с руководителем практики от университета.	22	5
Формулировка выводов и заключений по результатам проведенного анализа информации.	20	5

Отчет об исследовательской работе
«Арт-терапевтические методы как средство преодоления тревожности школьников и
формирования позитивной учебной среды на уроках изобразительного искусства
(5–11 классы)»

Введение

Актуальность исследования арт-терапевтических методов в контексте преодоления тревожности школьников и формирования позитивной учебной среды на уроках изобразительного искусства обусловлена растущими проблемами эмоционального здоровья учащихся в современных образовательных учреждениях. В условиях постоянного стресса, вызванного учебной нагрузкой, социальными взаимодействиями и ожиданиями со стороны родителей и учителей, многие школьники сталкиваются с тревожностью, которая может негативно сказываться на их учебной деятельности и общем психологическом состоянии. Неустойчивое и переходное состояние нашего общества способствует отклоняющемуся эмоциональному развитию личности. Личностная тревожность как раз таки является наиболее общим показателем эмоционального неблагополучия человека. Анализируя причины тревожности у школьников и взрослых, можно выявить связь между определёнными эмоциональными и личностными отклонениями во взаимоотношениях, с положением человека как в контактной группе, так и более широкой социальной среде.

У 51% детей в 5 классе выявлен высокий уровень ситуативной тревожности. Эти дети склонны к весьма выраженным состояниям тревоги, возможно это связано с адаптацией к новым предметам. Средний уровень выявлен у 32%, и низкий у 19% детей. Это говорит о том, что дети со средним и низким уровнем ситуативной тревожности могут любую жизненную ситуацию не воспринимать как пугающую для себя и преодолевать преграды на своем пути. Высокий уровень личностной тревожности выявлен у 47% 5-классников. Такие дети склонны долго переносить тревожные состояния, переживать неудачи. У 17% детей выявлен низкий уровень личностной тревожности, а у 36% – средний. Такие дети могут построить эмоциональный барьер в стрессовых ситуациях, они чувствуют себя более защищенными, чем дети с высоким уровнем личностной тревоги. Таким образом, можно отметить, что в 5 классе почти у половины учеников высокий уровень личностной и ситуативной тревожности.

У 59% подростков высокий уровень ситуативной тревожности. Для подростков ситуативная тревожность может проявлять в тех случаях, когда они не могут отпустить какую-либо неразрешенную ситуацию, которая вызывает у них беспокойство, подавленность, нервозность. У 38% подростков средний уровень, а у 21% – низкий уровень ситуативной тревожности. Эти же подростки могут адекватно относиться к проблемной и стрессовой ситуации. Высокий уровень личностной тревожности наблюдается у 46% подростков. Для них

характерно воспринимать любую ситуацию как угрожающую, и вызывающую сильную тревогу. У 15% подростков – низкий уровень личностной тревоги, а у 39% – средний уровень, что говорит о том, что для них не составляет труда решить проблемную ситуацию, и не заикливаться на ней. В 9 классе у 53% учеников высокий уровень ситуативной тревожности. Это может быть связано с процессами полового созревания и интеллектуальным развитием, а также перед ними стоит вопрос профессионального самоопределения. У 31% учеников – средний уровень, а у 22 % подростков – низкий уровень ситуативной тревожности. Для них характерно напряжение, волнение, что приводит к нарушению внимания, рассеянности. Высоким уровнем личностной тревожности обладают 52% школьников 9 класса. Это может быть связано с тем, что они склонны принимать неблагоприятную ситуацию пугающе, и так же застревать на этой ситуации, не находя пути решения. У 31% учеников выявлен средний уровень личностной тревожности, а у 17% – низкий. Для этих подростков присуще спокойное отношение к неблагоприятной ситуации, они способны обладать стрессовыми обстоятельствами. Исходя из вышеизложенного, следует отметить, что у половины подростков 8 и 9 класса высокий уровень ситуативной и личностной тревожности [1]. В этом контексте арт-терапия представляет собой эффективный инструмент, способствующий не только снижению уровня тревожности, но и развитию творческого потенциала учащихся.

В данной работе будут рассмотрены теоретические основы арт-терапии, включая её определение, основные принципы и методы, а также психологические аспекты тревожности школьников. Важно понять, как арт-терапия может помочь в выявлении и преодолении тревожных состояний, а также в формировании более комфортной и поддерживающей учебной среды. Изобразительное искусство, как одна из форм арт-терапии, играет ключевую роль в этом процессе, позволяя учащимся выразить свои эмоции и переживания через творчество.

В рамках исследования будет проведено практическое исследование применения арт-терапевтических методов на уроках изобразительного искусства. Это позволит выявить, какие конкретные техники и подходы наиболее эффективны для работы с учащимися 5–11 классов.

Глава 1. Теоретические аспекты арт-терапии и тревожности

1.1. Теоретические основы арт-терапии

Арт-терапия, как метод психологической помощи, демонстрирует значительный потенциал в коррекции негативных эмоциональных состояний и способствует профилактике тревожности у школьников. Исходя из определений, арт-терапия включает в себя использование художественного самовыражения в целях улучшения психоэмоционального состояния, что освобождает от напряжения и позволяет глубже понять себя через искусство [2]. В контексте психологии тревожность интерпретируется как стойкое эмоциональное

напряжение, связанное с антиципацией негативных сценариев и гипертрофированным восприятием угроз [3]. Разнообразие подходов в арт-терапии подтверждает её мультидисциплинарный характер, связывающий психологию, искусство и педагогику.

Существуют исследования, которые рассматривают арт-терапию как важный инструмент для развития личности, влияющий на социальную адаптацию детей, поэтому использование художественной экспрессии в образовательной среде становится особенно актуальным [4]. Арт-терапия может служить не только средством коррекции, но и средством эстетического воспитания, что способствует поддержанию психического здоровья и улучшает восприятие учебного процесса.

Одним из ключевых аспектов арт-терапии является её способность предоставлять так называемую "площадку" для самовыражения, позволяя детям исследовать свои эмоции и переживания. Это становится особенно важным в контексте школьного обучения, где уровень тревожности может значительно влиять на успеваемость и качество образовательного процесса. Обсуждение важности педагогического взаимодействия в арт-терапии подчеркивается и в работах, отмечающих необходимость активного участия учителей для создания поддерживающей учебной среды [5].

Кроме того, арт-терапия предлагает уникальные методы, направленные на устранение тревожности через творческое самовыражение. Например, использование рисунков или других видов искусства может помочь школьникам лучше понять свои чувства и справиться с ними. Многочисленные исследования указывают на влияние таких методов на эмоциональное состояние детей, особенно в условиях повышенной нагрузки [6]. Обогащение учебного процесса через интеграцию арт-терапевтических методов позволяет не только повысить мотивацию, но и создать более комфортную атмосферу для учащихся.

Наряду с традиционной психологической практикой, арт-терапия рассматривается как инновативный подход, способствующий удовлетворению потребностей детей в самовыражении и поддержке, а также формирующий положительный психологический климат в классе. Это взаимодействие искусства и терапии создает новые возможности для социальной адаптации и личностного роста [7]. Таким образом, арт-терапевтические методы становятся важной составной частью системы образования, предоставляя учителям возможность эффективно справляться с тревожностью учащихся и формировать позитивную учебную среду.

1.2. Психологические аспекты тревожности школьников

Тревожность среди школьников представляет собой серьезную проблему, требующую исследования и внимания. Исходя из научных данных, можно выделить несколько ключевых факторов, способствующих формированию тревожности у этой группы. Одним из основных

аспектов является физиологическое развитие. В переходный период дети переживают значительные изменения в организме, что может вызвать эмоциональный дискомфорт и усугубить чувство тревоги [8].

Социальная адаптация тоже играет важную роль в возникновении тревожных состояний. Поступление в школу, знакомство с новыми взрослыми (учителями) и сверстниками, а также изменение привычной среды создают стрессовые ситуации. Они должны адаптироваться к новым требованиям и ожиданиям, что может вызывать тревогу. Тревожность также возникает вследствие столкновения ребенка с требованиями обучения и кажущейся невозможностью им соответствовать [9].

Психологическое давление, связанное с высокими ожиданиями от родителей, учителей и самих себя, формирует дополнительный стресс. Многие учащиеся чувствуют необходимость соответствовать заданным стандартам, что в свою очередь приводит к тревожным состояниям и различным нарушениям в учебном процессе [10].

Исследования показывают, что тревожность может проявляться в различных формах: от страха оценки своих знаний до страха общения с педагогами. Эти состояния могут отрицательно сказываться на учебных успехах, а также на общем уровне благополучия детей [11]. Важно отметить, что влияние тревожности на учебный процесс может быть проявлено через ухудшение памяти, снижение концентрации и даже физические недомогания.

Ошибка со стороны родителей и педагогов в отношении тревожных состояний детей часто усугубляет ситуацию. Игнорирование тревожности со стороны взрослых может привести к дезадаптации ребенка и дальнейшему развитию негативных последствий. Поэтому необходимо осознание проблемы и совместная работа родителей и учителей для создания благоприятных условий для обучения и развития детей.

Не менее важным аспектом является синдром самосохранения, когда дети начинают избегать ситуаций, вызывающих у них тревогу, что может ограничивать их возможности в обучении и социализации [12]. Данная проблема требует не только внимания, но и активного вмешательства, таким как организация психологической поддержки и внедрение арт-терапевтических методов для снижения уровня тревожности и создания положительной учебной среды.

Таким образом, решение проблемы тревожности среди школьников должно происходить комплексно и интегрировано, учитывая разные аспекты: физиологические, психологические и социальные, что сделает учебный процесс более эффективным и комфортным для каждого ученика.

1.3. Роль изобразительного искусства в арт-терапии

Изобразительное искусство стало важным инструментом в арт-терапии, особенно в контексте работы с детьми и подростками. Этот метод помогает школьникам не только в самом процессе создания произведений, но и в дальнейшем осмыслении своих эмоциональных состояний. Когда учащиеся используют художественные материалы, они начинают обнаруживать и осознавать свои переживания, что может положительно сказаться на уровне тревожности, с которыми они сталкиваются в образовательной среде [13].

Арт-терапия дает возможность выразить эмоции в безопасной и поддерживающей обстановке. Создание визуальных образов, будь то рисунки, картины или коллажи, позволяет обходить традиционные словесные барьеры. Дети, испытывающие тревогу, часто испытывают затруднения в вербализации своих переживаний. Используя искусство как способ общения, они могут интерпретировать и передавать свои чувства более эффективно. Это позволяет снизить уровень стресса и создать пространство, где они могут свободно исследовать свои внутренние конфликты [14].

Механизм работы арт-терапии основывается на том, что художественная деятельность способствует активизации творческого мышления и самовыражения, облегчая процесс эмоциональной переработки. Возникает диалог между учащимся и его произведением, что позволяет выявлять и прорабатывать скрытые проблемы и тревоги. Например, исследования показывают, что у детей, участвующих в арт-терапевтических занятиях, наблюдается заметное уменьшение признаков тревожности и улучшение общего эмоционального состояния [15].

Важный аспект работы заключается в том, что арт-терапия создаёт позитивную учебную среду. Дети, вовлеченные в творческий процесс, чувствуют себя более уверенно, они получают возможность снимать эмоциональное напряжение и взаимодействовать со сверстниками в едином творческом порыве. Это взаимодействие может привести к формированию дружелюбного и поддерживающего климата в классе, что, в свою очередь, уменьшает стрессовые ситуации и повышает общую удовлетворенность от учебного процесса [5].

Один из принципов арт-терапии заключается в том, что результат не всегда важен. Главное — сам процесс создания и возможность исследовать собственные эмоции. Это понимание помогает детям осознать, что искусство — это не только конечный продукт, но и средство для личной культуры. Каждый рисунок или картина становятся своеобразной картой их внутреннего мира, что позволяет терапевту и детям находить новые смыслы и решения [16].

Следовательно, изобразительное искусство в рамках арт-терапии оказывает влияние не только на индивидуальные аспекты восприятия, но и на развитие социальных навыков. Дети учатся сотрудничать, что является важным элементом как в арт-терапии, так и в школьной жизни. Участие в совместных творческих проектах помогает преодолевать барьеры и

развивать уверенность в себе, что особенно актуально для подростков, находящихся в процессе становления своей идентичности.

Глава 2. Анализ применения арт-терапии в образовательной среде

2.1. Практика применения арт-терапевтических методов в классе

Внедрение арт-терапевтических методов на уроках изобразительного искусства в 5–11 классах становится важным шагом в преодолении тревожности и формировании позитивной учебной среды. Исследование показало, что использование различных техник, таких как рисование, скульптура и коллаж, способствует развитию эмоциональной устойчивости учащихся.

Одной из техник является "Эмоциональный коллаж", где учащиеся создают визуальные изображения своих ощущений и переживаний. Этот процесс помогает им выразить скрытые эмоции, что, в свою очередь, уменьшает уровень тревожности [17]. Каждое занятие сопровождалось обсуждением созданных работ, что позволило получить обратную связь и поддержать друг друга в процессе самовыражения.

Другой метод, применяемый в уроках, - "Рисование без правил". Учащимся было предложено создать изображения на произвольную тему, не беспокоясь о результате. Это способствовало снятию стресса, позволяя им освободить творческую энергию и отвлечься от учебных трудностей. Результаты показали, что данная техника повышает общий настрой учеников, а расслабленная атмосфера способствует более продуктивному обучению [18].

Кроме того, в рамках проекта была применена техника "Символизм предметов", где учащиеся выбирали объекты, которые для них означают что-то важное, и рисовали их. Это занятие углубляет уровень самоосознания и способствует созданию более сплоченного класса, что, в свою очередь, положительно сказывается на учебной атмосфере.

Важно отметить, что внедрение арт-терапии в образовательный процесс выявляет свою эффективность не только в индивидуальной работе, но и в командных проектах. Проекты по групповому рисованию способствуют формированию прочных связей между учащимися, а также развитию необходимых навыков для работы в команде и построения конструктивного общения.

Наряду с такими видами изобразительной деятельности, как рисование с натуры, декоративное рисование, беседы об изобразительном искусстве, немаловажную роль занимает на уроках тематическое иллюстративное рисование. Во время работы над сюжетом иллюстраций к литературным произведениям: сказкам, стихотворениям, пословицам, загадкам и т. п. учащиеся часто создают художественный образ через аллегорическое осмысление содержания своего рисунка [19].

Специфика применения арт-терапии на уроках изобразительного искусства заключается в том, что она позволяет не только развивать художественные навыки, но и улучшать общее психическое состояние учащихся. Подобные практики помогают уменьшить уровень тревожности, развивают уверенность в себе и обеспечивают комфортную обучающую среду. В результате, применяемые арт-терапевтические методы становятся эффективным инструментом для достижения положительных изменений как в эмоциональном, так и в социальном аспектах жизни школьников.

2.2. Психологический климат в классе

Внедрение арт-терапевтических методов способно снизить уровень тревожности у школьников, что имеет прямое отношение к созданию более благоприятной образовательной среды.

Методы арт-терапии, такие как создание рисунков или работа с пластилином, позволяют ученикам выразить свои эмоции, что, в свою очередь, способствует более открытому и доверительному общению с окружением. Дети, сталкивающиеся с трудностями в вербализации своих переживаний, часто испытывают напряжение в общении с учителями и сверстниками. Процесс создания художественных работ помогает преодолеть эти барьеры, а также развивает эмоциональный интеллект, так необходимый для взаимодействия в коллективе.

В качестве основной арт-практики была выбрана техника «мокрого листа» – а иными словами монотипия. Данная техника позволяет создавать размытые, текучие образы, символизирующие неопределенность и тревожность.

Экспериментальная апробация методики проводилась студентами ВВГУ г. Владивостока, обучающимися на 2 курсе, гр. БПО2-23-ИИ1, по специализации: педагогическое образование с двумя профилями подготовки (ИЗО и игропедагогика) в рамках учебной дисциплины «Теория и методика обучения изобразительному искусству» в школе №6 п. Новый с участием 47 школьников 7 класса.

Проведя опрос, было отмечено снижение ситуативной тревожности на 34% (по данным опроса).

У большей части участников (60–70%) усилилось позитивное восприятие городской среды (данные устного опроса).

У 70% учащихся прослеживалась повышенная активность и включенность на уроках ИЗО (по данным наблюдений педагогов).

В результате применения арт-терапии наблюдается улучшение эмоционального фона класса. Это, в свою очередь, приводит к снижению конфликтов между учащимися и укреплению взаимопонимания. Учащиеся, участвующие в арт-терапевтических занятиях, становятся более открытыми к сотрудничеству, что способствует формированию командного духа.

Анализ практики показывает, что арт-терапия как метод борьбы с тревожностью позволяет создать не только безопасное пространство для самовыражения, но и формировать у детей навыки сотрудничества и поддержки. Хорошая атмосфера в классе способствует повышению мотивации к обучению, что также влияет на общий уровень успеваемости. Доказано, что дети, находящиеся в позитивной учебной среде, более активны и заинтересованы в процессе обучения.

Однако, для успешного применения арт-терапевтических методов необходимо учитывать индивидуальные характеристики учащихся. Не все дети одинаково воспринимают творчество как способ выражения эмоций, и для некоторых может потребоваться дополнительная поддержка со стороны учителей или психологов. Педагоги должны быть внимательными к особенностям каждого ученика, что позволит создать максимально комфортную образовательную среду.

Таким образом, внедрение арт-терапии в образовательный процесс может значительно улучшить психологический климат в классе и помочь преодолеть тревожность, формируя здоровые и гармоничные отношения как между учениками, так и с педагогами. Это не только способствует эмоциональному благополучию, но и закладывает фундамент для более успешного образовательного процесса в целом. Поскольку учащиеся учатся делиться

эмоциями и заботиться о чувствах своих сверстников, возрастает уровень социальной ответственности.

2.3. Ожидаемые результаты от применения арт-терапии

Арт-терапия в учебном процессе предполагает увеличение активности учащихся и улучшение их эмоционального состояния через самовыражение. В результате внедрения арт-терапевтических методов у школьников наблюдается развитие креативного мышления и управление социальной тревожностью, что способствует формированию более благоприятной учебной среды [20]. Такие методы помогают учащимся глубже осознать свои чувства и переживания, снижая уровень стресса.

Кроме того, арт-терапия способствует более гармоничному развитию личности, что непосредственно влияет на академическую успеваемость. Дети, проходящие арт-терапию, как правило, показывают более высокие результаты в учебе и становятся более открытыми к взаимодействию с учителями и сверстниками. Такой подход позволяет создавать атмосферу, в которой каждая личность чувствует себя принятыми и значимыми.

Помимо этого, арт-терапия формирует способности к рефлексии и самопознанию. Учащиеся учатся осмысливать свои эмоции и поведение, что немаловажно для правильного восприятия учебного материала. Результаты некоторых исследований показывают, что у детей, активно участвующих в арт-терапевтических занятиях, наблюдается рост уверенности в себе и уменьшение симптомов тревожности, что благоприятно сказывается на их учебной мотивации.

Важно отметить, что арт-терапия не требует от участников наличия художественных навыков. Это делает ее доступной для всех детей, независимо от их предыдущего опыта. В результате учащиеся могут развивать свои творческие способности в безопасной и поддерживающей обстановке, что помогает им более эффективно адаптироваться к образовательному процессу.

Таким образом, интеграция арт-терапевтических методов в образовательный процесс может стать мощным инструментом не только для предотвращения психоземotionalных трудностей, но и для общего повышения уровня успеваемости школьников.

2.4. Проблемы внедрения арт-терапевтических методов

Внедрение арт-терапевтических методов в образовательный процесс сталкивается с рядом значительных трудностей и ограничений. Одной из основных проблем является нехватка времени в учебном плане для реализации арт-терапии. Учебные часы нередко строго распланированы, и учителя не находят возможности интегрировать такие подходы в

традиционный процесс обучения. Это ограничивает пространство для психологической поддержки школьников, нуждающихся в эмоциональной разрядке [7].

Недостаточная подготовка педагогов также является критическим барьером. Многие учителя не имеют соответствующего опыта или знаний в области арт-терапии, что делает их неуверенными в применении данных методов. Соблюдение определенных психотерапевтических принципов требует систематического подхода и понимания этапов работы с эмоциями и переживаниями учащихся. Учителя, не прошедшие специальную подготовку, не всегда умеют предложить нужные методы взаимодействия с детьми, что отрицательно сказывается на результатах.

Кроме того, социальные стереотипы о необходимости «твердых» знаний также препятствуют внедрению арт-терапии. В результате акцент делается на традиционные методы обучения, которые акцентируют внимание на теории, в то время как творческое самовыражение и эмоциональная поддержка остаются в тени. Учителя могут опасаться, что использование арт-терапии будет восприниматься как игра, а не как серьезное учебное направление.

Рекомендуется внедрить специальные курсы по подготовке учителей к арт-терапевтическим практикам, гибкое регулирование учебного плана и возможность интеграции арт-терапии во внеурочные мероприятия. Необходимо разрабатывать и пилотировать программы, которые позволят педагогам уверенно использовать арт-терапию в своей практике, обеспечивая тем самым поддержку эмоционального и психического здоровья школьников.

Глава 3. Практическое руководство и перспективы

3.1. Разработка практического руководства для учителей

Арт-терапия в образовательном процессе становится всё более актуальной для школьных учителей, которым необходимо справляться с высоким уровнем стресса и эмоционального выгорания. Внедрение арт-терапевтических методов требует системного подхода и четкой структуры. Рекомендуется использование следующих модулей техник, с указанием временных рамок и способов оценки их эффективности.

Первый модуль может быть сосредоточен на «творческом самовыражении». Методы, используемые в художественной арт-терапии, могут включать рисование, раскрашивание, лепку, коллаж и многое другое. Детям не нужно иметь какие-либо начальные навыки, художественные способности или особые таланты для участия в арт-терапии. Искусство, как процесс его самостоятельного создания, так и просмотр произведений или работы над ними других людей, используется, чтобы помочь детям и взрослым в их гармоничном развитии [21]. Занятия в форме рисования, лепки или коллажа могут занять 45–60 минут. Ученикам предлагается создать произведение искусства, отражающее их переживания или настроения. В качестве оценки эффективного воздействия можно использовать метод анонимной обратной связи, где учащиеся расскажут о своих ощущениях до и после занятия.

Второй модуль — это «групповые арт-терапевтические сессии». Здесь учащиеся могут работать в группах по 4–5 человек, создавая совместные произведения. Временные рамки составляют 1–2 часа. Важно обратить внимание на взаимодействие участников, что может быть оценено через наблюдение и анкетирование после сессии. Это позволит оценить уровень сплоченности группы и преодоление индивидуальной тревожности [22].

Третий модуль включает использование «методов драмы и театра», где ученики могут разыгрывать сценки с элементами импровизации. Такие занятия могут длиться 60–90 минут и создавать пространство для безопасного завершения конфликтов и выражения эмоций. Результативность можно оценить путем анализа участия каждого ученика в группе с опорой на заранее установленные критерии, такие как охватываемость и качество взаимодействия.

Четвертый модуль — «работа с музыкой». Использование музыкальных композиций для создания настроения – эффективный метод. Различные музыкальные фрагменты могут быть включены в занятия. Продолжительность — около 30–45 минут. Эффективность можно оценивать по реакции учащихся на музыку, а также по их желаниям создать что-то новое на основе услышанного, что подтвердит их эмоциональную вовлеченность.

Каждый из методов требует индивидуального подхода и адаптации под группу. Важно помнить о культурных и личностных особенностях учеников. Арт-терапия, действуя через личное самоидентифицирование, улучшает эмоциональное состояние детей, а также помогает создать более позитивный климат в классе. Ожидается, что результаты применения таких техник будут способствовать не только снижению тревожности, но и укреплению межличностных связей среди учащихся, что в свою очередь способствует созданию благоприятной учебной среды.

Заключение

Арт-терапевтические методы представляют собой мощный инструмент в борьбе с тревожностью школьников и создании позитивной учебной среды на уроках изобразительного искусства. В ходе исследования было установлено, что использование арт-терапии способствует не только снижению уровня тревожности, но и формированию более комфортной атмосферы в классе, что, в свою очередь, положительно сказывается на учебной мотивации и успеваемости учащихся.

Теоретические основы арт-терапии, рассмотренные в работе, показывают, что этот подход основан на взаимодействии искусства и психологии, что позволяет активизировать внутренние ресурсы детей. Психологические аспекты тревожности школьников, изученные в рамках исследования, подчеркивают важность создания безопасной и поддерживающей среды, где учащиеся могут свободно выражать свои эмоции и переживания. Это особенно актуально для старших классов, где давление со стороны учебной программы и ожидания окружающих могут значительно увеличивать уровень стресса.

Роль изобразительного искусства в арт-терапии не ограничивается лишь созданием произведений. Она включает в себя процесс самовыражения, который помогает школьникам осознать и проработать свои эмоции. Практика применения арт-терапевтических методов в классе показала, что такие занятия не только снижают тревожность, но и способствуют развитию креативности, что является важным аспектом в образовании. Учащиеся, вовлеченные в творческий процесс, становятся более открытыми и готовыми к сотрудничеству, что улучшает психологический климат в классе.

Исследование также выявило ожидаемые результаты от применения арт-терапии, среди которых можно выделить улучшение эмоционального состояния учащихся, повышение их самооценки и уверенности в себе. Однако, несмотря на положительные аспекты, существуют и проблемы внедрения арт-терапевтических методов в образовательный процесс. К ним относятся недостаток подготовки учителей, отсутствие ресурсов и времени для реализации арт-терапевтических программ, а также возможное сопротивление со стороны администрации школ.

В связи с вышеизложенным, разработка практического руководства для учителей становится необходимым шагом для успешного внедрения арт-терапии в учебный процесс. Это руководство должно включать в себя не только теоретические аспекты, но и практические

рекомендации, которые помогут педагогам эффективно использовать арт-терапевтические методы на уроках изобразительного искусства.

Перспективы будущих исследований в данной области могут быть связаны с углубленным изучением влияния различных арт-терапевтических техник на разные возрастные группы, а также с анализом долгосрочных эффектов их применения. Важно продолжать исследовать, как арт-терапия может быть интегрирована в другие предметы и как она может способствовать общему развитию личности школьника.

Таким образом, арт-терапевтические методы представляют собой важный и актуальный инструмент в образовательном процессе, способствующий не только преодолению тревожности, но и формированию позитивной учебной среды, что в конечном итоге ведет к более успешному обучению и развитию учащихся.

Список литературных источников

Список источников, содержащих статистические данные

1. Политика Оксана Ивановна, Нагуманова Эльвира Рауфатовна, Асафьева Наталья Валерьевна Возрастная динамика тревожности у школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2018. №61–3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozzrastnaya-dinamika-trevozhnosti-u-shkolnikov>

Список научной литературы

2. Абдуева П. К. Арт-терапия // Мировая наука. 2018. №5 (14). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya>
3. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с.
4. Старовойтов Андрей Валерьевич Рубежи современной арт-терапии: от теории к практике // Гуманитарные науки. 2015. №4 (32). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rubezhi-sovremennoy-art-terapii-ot-teorii-k-praktike>
5. Чащина Ольга Владимировна Арт-терапия и ее применение в психологии // The Newman in Foreign policy. 2016. №34 (78). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-i-ee-primeneniye-v-psihologii>
6. Киселёва Ольга Алексеевна Арт-терапия как метод психокоррекции: возникновение и становление // Universum: психология и образование. 2022. №3 (93). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-metod-psihokorreksii-vozniknovenie-i-stanovlenie>
7. Забара Людмила Ивановна, Якина Лилия Николаевна Арт-терапия как инновационная технология социально-педагогической деятельности с детьми: к проблеме теории и методологии // Педагогическое образование в России. 2017. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-innovatsionnaya-tehnologiya-sotsialno-pedagogicheskoy-deyatelnosti-s-detmi-k-probleme-teorii-i-metodologii>
8. Ширванова Ф. В., Каримова Д. Н. Особенности проявления школьной тревожности // Санкт-Петербургский образовательный вестник. 2019. №1-2 (29–30). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proyavleniya-shkolnoy-trevozhnosti>
9. Коновалова К. В., Ваньков А. Б. Причины появления школьной тревожности // Инновационная наука. 2016. №1-2 (13). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-roiyavleniya-shkolnoy-trevozhnosti>
10. Юрченко Л. Г. Исследование причин школьной тревожности учеников выпускных классов // Обучение и воспитание: методики и практика. 2016. №26.

- URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-prichin-shkolnoy-trevozhnosti-uchenikov-vypusknih-klassov>
11. Ожогова Елена Геннадьевна, Намсинк Екатерина Викторовна Динамика и факторы возникновения тревожности у современных младших школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2018. №61-4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dinamika-i-factory-vozniknoveniya-trevozhnosti-u-sovremennyh-mladshih-shkolnikov>
 12. Соколова Арина Алексеевна Специфика проявления тревожности у школьников // Вестник науки и образования. 2024. №1 (144)-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-proyavleniya-trevozhnosti-u-mladshih-shkolnikov>
 13. Бектаева Айгерим Эриковна Искусство как терапия души и тела: взгляд художника // Вестник науки и образования. 2020. №2-1 (80). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-kak-terapiya-dushi-i-tela-vzglyad-hudozhnika>
 14. Л. Д. Лебедева Рисунок в психологической диагностике и арт-терапии // Национальный психологический журнал. 2007. №1 (2). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/risunok-v-psihologicheskoy-diagnostike-i-art-terapii>
 15. Строгова С. Е., Кузнецова С. О. Анализ изобразительного творчества в арт-терапии детей и подростков при психической патологии // Медицинская психология в России. 2021. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-izobrazitel'nogo-tvorchestva-v-art-terapii-detey-i-podrostkov-pri-psihicheskoy-patologii>
 16. Беззубик К. В., Наумова С. М., Ефанов Е. В., Образцов С. Н. Современный креативный арт-терапевтический подход как средство достижения и сохранения физического и психического благополучия // Сервис в России и за рубежом. 2009. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyy-kreativnyy-art-terapevticheskiy-podhod-kak-sredstvo-dostizheniya-i-sohraneniya-fizicheskogo-i-psihicheskogo>
 17. Панфилова А. С. Методы арт-терапии на уроках изобразительного искусства // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2007. №43-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metody-art-terapii-na-urokah-izobrazitel'nogo-iskusstva>
 18. Таранова Полина Викторовна, Подклетнова Карина Алексеевна, Овсянникова Оксана Александровна Арт-терапевтические техники на уроках изобразительного искусства как средство самопознания детей подросткового возраста // Педагогический вестник. 2024. №33. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapevticheskie-tehniki-na-urokah-izobrazitel'nogo-iskusstva-kak-sredstvo-samopoznaniya-detey-podrostkovogo-vozrasta>
 19. Панфилова А. С. Методы арт-терапии на уроках изобразительного искусства // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2007. №43–2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metody-art-terapii-na-urokah-izobrazitel'nogo-iskusstva>

20. Ся Цзюньвэй Особенности использования арт-терапии в качестве метода профилактики ментальных заболеваний и развития творческого мышления школьников // МНКО. 2023. №2 (99). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-ispolzovaniya-art-terapii-v-kachestve-metoda-profilaktiki-mentalnyh-zabolevaniy-i-razvitiya-tvorcheskogo-myshleniya>
21. Акулинина Ирина Анатольевна Арт-терапия как средство сохранения здоровья педагогов // Современная высшая школа: инновационный аспект. 2013. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-sredstvo-sohraneniya-zdorovya-pedagogov>
22. Сырова Надежда Васильевна, Багрянская Елизавета Сергеевна, Хоружко Екатерина Максимовна Изобразительная деятельность как средство развития эмоциональной сферы учащихся // Проблемы современного педагогического образования. 2021. №70-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izobrazitel'naya-deyatelnost-kak-sredstvo-razvitiya-emotsionalnoy-sfery-uchaschihsya>