

Изотерапия «Яблоки на снегу»

- Цикл из 8 недель занятий:

Каждое занятие включает в себя 2 урока (по 2 часа) арт-терапевтическую практику с разными красками и сопровождается медиацией способствующей улучшению эмоционального, когнитивного и социального состояния, раскрытию творческого потенциала участников.

Уроки проводятся в разные дни на неделе, например вторник, суббота.

- Все занятия проходят в коворкинге НКО или партнерских пространствах.
- Ведется запись и транслируется в сети интернет.
- Две группы.

Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")



Неделя 1

"Знакомство через творчество" — создание автопортрета, знакомство участников

Занятие 1. Знакомство через искусство

- Тематика: знакомство участников через изображение своего имени.
- Практическая часть: рисование имен разными техниками - карандашом, фломастером, акрилом.

1 урок - рисование имен разными техниками - карандашом, фломастером,

2 урок - акриловыми красками учимся подписывать картину



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")

Неделя 2

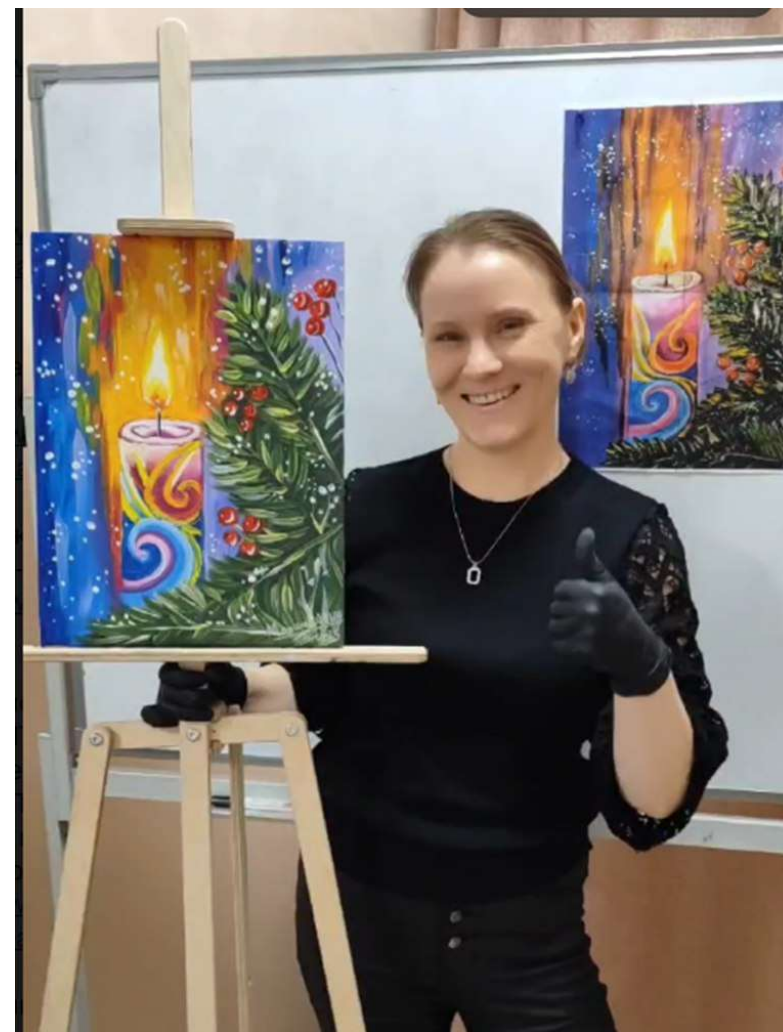
"Цвет и эмоции" — рисование эмоций через цвета, обсуждение чувств.

Занятие 2. Цвет и эмоции

- Тематика: горящая свеча как источник света и тепла.
- - Практическая часть: рисование эмоций через цвета, обсуждение чувств.

1 урок - горящая свеча (масло)

2 урок - песок и море (масляная пастель)



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")

Неделя 3

"Мир природы" — создание коллажа на тему природы

Занятие 3. Единение с природой

- Тематика: природа как источник вдохновения и гармонии.
- Практическая часть: рисование масляными красками:

1 урок - Зимний лес

2 урок - Осенний парк



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")

Неделя 4

"Символы жизни" — символические изображения событий или ценностей

Занятие 4. Символы жизни

- Тематика: знакомство участников через символику яблока как образа жизни и здоровья.
- Практическая часть: рисование акриловыми красками:

1 урок - фон, свеча, шишки

2 урок - яблоки, снег



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")

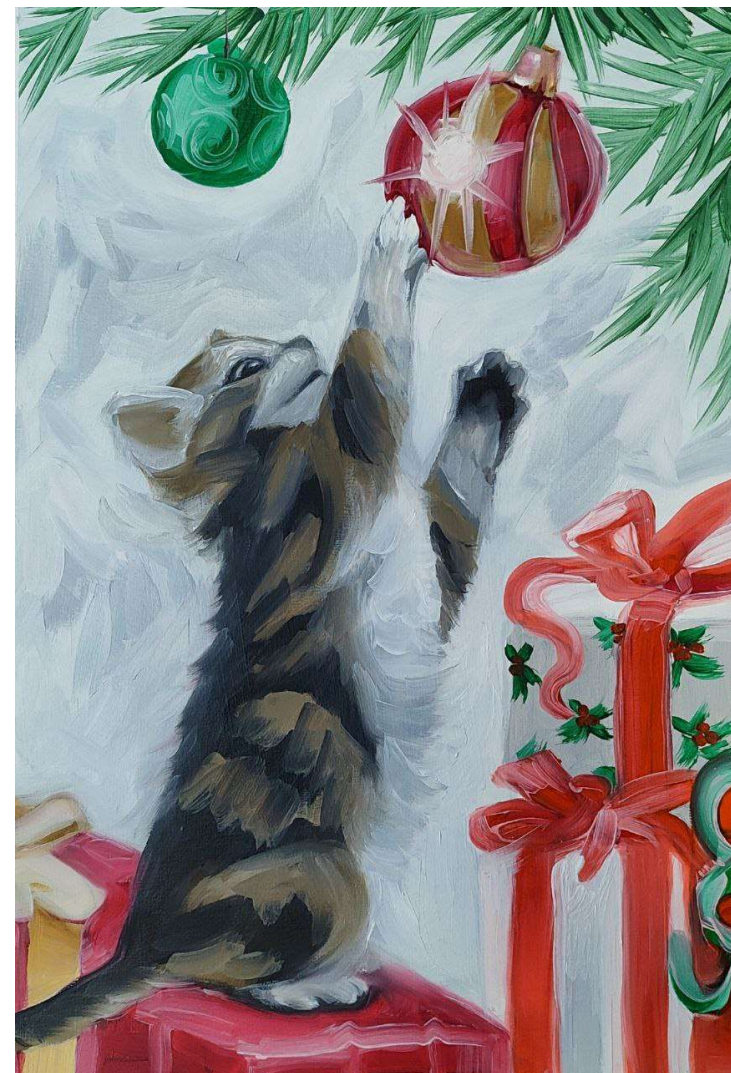
Неделя 5

"Воспоминания детства" — изображение значимых моментов из детства.

- Тематика: изображение значимых моментов из детства.
- Практическая часть: рисование акрилом:

1 урок - елочная игрушка (гуашь)

2 урок - яблоневая веточка или цветок (холст на магните, акрилом)



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")

Неделя 6

«Забочусь о тебе» — покормите птиц зимой

- Тематика: выражение потребности любить природу и ее творения.
- Практическая часть: рисование гуашью и акварелью птиц.

Урок 1 – птицы (гуашь)

Урок 2 – снегирь (акварель)



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")

Неделя 7

"Фантазии и мечты" — создание работ на тему желаемого будущего.

Занятие 7. "Фантазии и мечты" — создание работ на тему желаемого будущего.

- Тематика: обсуждаем эмблему АНО "Семейная Эко Жизнь"
- Практическая часть: рисование акриловыми красками:

1 урок - окаймление яблоками и фон внутри

2 урок - свое пожелание проекту



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")



Неделя 8

"Заключительная выставка" — презентация работ участников, подведение итогов, вручение благодарностей участникам и волонтерам.

Занятие 8. Групповой проект — создание общей композиции

- Тематика: разработка композиции с символом года (кони в яблоках).
- Практическая часть: пошаговое создание элементов картины.

Урок 1 — холст на картоне общими усилиями «превращаем» в удивительного мультяшного героя — Коняшку в яблоках.

Урок 2 - выставка



Яблоки на снегу (АНО "Семейная Эко Жизнь")