



**СЛУЖБА ЗДОРОВЬЯ ГОСУДАРСТВЕННОГО
БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД № 26
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Консультация для педагогов «Арт-терапия как здоровьесберегающая технология в ДОУ».



Санкт – Петербург

Арт-терапия как здоровьесберегающая технология в ДОУ.

Что такое арт-терапия? Какова история ее возникновения и цель?

Арт — терапия (лат. *ars* — искусство, творчество, греч. *therapeia* — лечение, исцеление) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Психика ребенка в старшем дошкольном возрасте очень ранима. Дети в этом возрасте очень любознательны, имеют огромное желание познавать окружающий мир, они еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют фантазировать, лепить, рисовать. Искусство не только формирует и развивает личность, но и является эффективным средством сохранения и профилактики психического здоровья детей. Через арт-терапию ребенок может снять эмоциональное напряжение, а также безболезненно выразить свои чувства и превратить негативные эмоции в положительные.

Арт-терапия — это инновационное явление в педагогике, имеющее практико-ориентированное направление, где личностное развитие ребенка, его воспитание и обучение реализуется средствами искусства. В отличие от занятий, направленных на систематическое обучение какому-либо искусству, занятия арт-терапией носят скорее спонтанный характер и направлены не на результат, а на сам творческий процесс. Состояние свободного творчества доставляет огромное удовольствие всем участникам процесса, дает эмоциональную разрядку и возможность самовыражения. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Например, вовлечение ребенка в процесс рисования или совместной изобразительной деятельности помогает приобрести целый комплекс навыков и умений, которые способствуют достижению эмоционального благополучия ребенка: взаимодействие с другими детьми и преподавателем, вовлеченность в групповую деятельность, поддержку и доверие.

Задачи арт-терапии для дошкольников

- Развитие познавательной и речевой активности.
- Развитие уверенности в себе.
- Научить ребенка контролировать эмоции и стабилизировать его эмоциональное состояние.
- Стимулирование креативного мышления.
- Развитие личности, а именно воспитательные моменты, касающиеся вежливости, благодарности, понимания, помощи.

В последние годы арт-терапия приобрела педагогическое направление.

В детском саду она выполняет следующие функции:

- Координирующая
- Познавательная
- Развивающая
- Адаптационная
- Коммуникативная
- Стимулирующая
- Диагностическая
- Психотерапевтическая

Занятия искусством помогают сформировать у детей правильное мировоззрение и раскрывают творческий потенциал. Арт-терапия как здоровьесберегающая технология в ДОУ направлена на развитие внимания, речи, памяти, логики, воображения и мышления. С помощью танцев или музыки, сказок и рисования, можно помочь ребенку: гиперактивным детям успокоиться, а нерешительным и робким — избавиться от страха. Таким образом, регулярные творческие занятия способны избавить ребенка от психического напряжения и стресса, научить быть внимательным и сосредоточенным и сформировать навыки

взаимодействия ребенка между собой и взрослыми. Существует достаточно много различных видов и направлений в арт-терапии и все время появляется что-то новое.

К основным видам лечения творчеством можно отнести:

Изотерапия — лечение при помощи изобразительного искусства.

Остановимся на некоторых техниках изотерапии.

- техника «кляксография»;
- пальцевая живопись;
- рисование мягкой бумагой;
- рисование тычком жёсткой полусухой кистью;
- рисование на стекле;
- ниткография;
- рисование на манке;
- техника рисования листьями, палочками, камушками;
- техника отпечатывания ватой;
- техника «оттиск пробками»;
- рисование пластилином.

Все вышеперечисленные виды арт-терапии используют в комплексе, что способствует полноценному и всестороннему развитию детей. Наверное, каждый ребенок любит рисовать, поэтому применить данный вид арт-терапии в ДОУ не составит труда. По рисунку ребенка можно определить его психическое и эмоциональное состояние. Часто родители замечают, что их ребенок начинает рисовать исключительно темными цветами, это говорит о том, что на данный момент ребенок испытывает состояние напряженности и тревожности. Тогда задача родителей — узнать причину его беспокойств. Арт-терапия может заметно улучшить состояние ребенка.

Песочная терапия. Детям нравится строить замки из песка, лепить куличики и разные фигуры. Специалистами доказано, что это занятие оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние ребенка. Песочная терапия помогает при избавлении от психологических травм в процессе игры. Контакт с песком способствует развитию фантазии и формированию контроля над своими внутренними побуждениями. Игра с песком помогает ребенку выразить свои переживания и освободиться от своих страхов. Песочная терапия для детей в ДОУ оказывает благоприятное воздействие и помогает детям повысить самооценку и обрести веру в самого себя. Игра в свободной форме, а не по чьей-либо указке, способствует самовыражению ребенка. Песочная терапия весьма полезна, так как невербальный контакт при использовании песка и других материалов является своего рода маленьким миром, где ребенок придумывает различные сценки, связанные с вымышленными героями, и устанавливает свои правила. Во время игры у дошкольника высвобождается положительная энергетика, что оказывает благоприятное влияние на его обучение и развитие в целом.

Сказкотерапия. Многие родители знают о важности чтения сказок своим детям. С помощью сказок дети знакомятся с окружающим миром и познают правила поведения и взаимодействия с людьми. Этот метод арт-терапии заключается не только в чтении книг, но и в обсуждении смысла, персонажей и их поступков. Арт-терапевты предлагают детям самим сочинять сказки с одним или несколькими героями. Так как дети в этом возрасте любят придумывать истории, им такой вид деятельности придется по душе. В процессе сказкотерапии педагог может сделать вывод о психологическом состоянии ребенка, исходя из содержания рассказа, его вымышленных героев и их действий. В случае выявления определенных проблем при помощи сказок специалист может помочь ребенку. Именно такой подход способствует коррекции поведения дошкольника, ведь каждому ребенку хочется внимания, чтобы его хвалили и ценили. Поэтому, чтобы помочь ребенку сформировать правильное поведение используются сказочные герои.

Цветотерапия — наука, изучающая цвета. Воздействие цвета на людей неоднозначно, а сугубо индивидуально, это необходимо учитывать в работе с дошкольниками. С

малоактивными, пассивными детьми — используются красный, оранжевый и жёлтые цвета. Это цветные карточки, задания с цветовыми фишками и т. д.

Гиперактивным детям предлагаются для использования цвета с холодными оттенкам: голубым, синим или зелёным.

В работе с детьми старшего дошкольного возраста используются различные нетрадиционные арт-терапевтические техники: техника оттиска (оттиск природных форм, оттиск мятой бумагой и др.), кляксография и рисование на мокрой бумаге, воскография, пластилинография, техника «каракулей», рисование пальцами и ладонями и др.

Игротерапия — формирует и развивает нравственные качества: что хорошо, а что плохо. В ходе игры ребенок учится общению со сверстниками и отношения между участниками становятся более доверительными, можно развить коммуникативные навыки, уменьшить тревогу и повысить самооценку ребенка. В свои игры дети вносят много собственных выдумок, фантазий.

В результате игротерапии дети выплескивают отрицательные эмоции и становятся спокойнее и расслабленнее. Эта технология помогает создать положительно-эмоциональный настрой между ребенком и педагогом. Применение арт-педагогических технологий эффективный способ коррективки и профилактики эмоционального здоровья ребенка.

Арт-терапия для дошкольников — очень важное направление, которое помогает ребенку обрести свою индивидуальность, перестать стесняться и адаптироваться в новых условиях. Арт-терапия является одним из самых действенных и доступных, среди множества других нетрадиционных методик и позволяет решить комплекс задач и проблем, стоящих перед педагогами.