

Гугуман Тамара Владимировна

воспитатель

Фомичева Ольга Александровна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №31 «Журавлик»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ВОЗМОЖНОСТИ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: статья посвящена вопросу арт-терапии как одному из эффективных здоровьесберегающих методов, который подходит для работы с дошкольниками, способствующий улучшению их психического здоровья. Авторами представлены арт-терапевтические техники, используемые в работе.

Ключевые слова: технологии, методы, игра, деятельность, арт-терапия, дошкольный возраст.

*Духовная жизнь ребенка полноценна лишь
тогда, когда он живет в мире игры,
сказки, музыки, фантазии, творчества.
Без этого он засушенный цветок.*

В.А.Сухомлинский

Анализируя то, что происходит сейчас в современном обществе, можно увидеть, что резко повысился социальный престиж интеллекта и научного знания. Поэтому родители стремятся дать детям больше знаний: научить их писать, читать, считать. Но чрезмерное увлечение интеллектуальным развитием всегда связано большой нагрузкой на ребенка и является одной из причин ухудшения его психического и физического здоровья. В результате современные дети гораздо больше знают, но реже удивляются и восхищаются, сопереживают, стремятся помочь больным и немощным. Очень много детей не могут общаться со

сверстниками и взрослыми. Увеличилось количество детей, имеющих речевые патологии, значит появилась необходимость пересмотра имеющихся технологий и методов. Перед воспитателями стоит задача создания адекватных условий воспитания и обучения каждому ребенку, и очень важно использовать гибкие формы психологической работы, также новые технологии в работе с детьми. Одной из таких форм является арт-терапия – один из эффективных здоровьесберегающих методов, который подходит для работы с дошкольниками, способствующий улучшению их психического здоровья. Именно методы арт-терапии позволяют ребенку выразить свое состояние через игру, рисунок, танец, сказку. В своем творчестве дети изображают, рисуют, воспроизводят то, что чувствуют. В процессе арт-терапии у дошкольников удовлетворяется потребность в признании, позитивном внимании, ощущении собственной значимости и успешности. Ребенок расслабляется и начинает чувствовать себя спокойно. Агрессия, негативизм, демонстративность уступают место творчеству, инициативности. На арт-терапевтических занятиях с дошкольниками искусство не является самоцелью, оно лишь средство, которое помогает лучше понять себя. Целью таких занятий является не научить детей рисовать, лепить, а помочь справиться с проблемами, которые вызывают негативные эмоции, и дать выход творческой энергии. Поэтому, одна из задач арт-терапии – помочь ребенку узнать и научиться выражать собственные чувства, а продукты творчества, возникающие в ходе этого процесса, имеют лишь прикладное значение. Арт-терапевтические техники используемые в работе: 1. техника «мандана» (работа внутри круга с цветом и формой); 2. техника «каракули» (активизация воображения); 3. техника «чернильные пятна»; 4. техника направленной визуализации; 5. работа с пластилином, тестом, глиной (для снятия мышечного напряжения); работа с песком (хорошо снимает агрессию); 6. рисование на стекле (используется для парных работ); 7. раскрашивание яиц, сосудов; 8. фотоколлаж и аппликация (развивают абстрактное мышление); 9. телесно-ориентированная технология; 10. танцевально-двигательная активность; 11. музыкальная терапия; 12. сказкотерапия.

Подробнее остановимся на некоторых.

Песочная терапия. Кинетический песок совсем не зря называют «живым» и «волшебным». Он действительно обладает отличными свойствами, успешно используется для развития. С песком можно не просто играть, а развиваться исходя из задач, которые ставит воспитатель. Как известно ребенок развивается играя – это могут быть игры с животными, с геометрическими фигурами, с цветным песком и многое другое. Простое пересыпание песка в ладонях способно успокоить и настроить на мирный лад непоседливого ребенка, а замкнутому и молчаливому ребёнку поможет расслабиться и раскрыться для общения. Возможность учиться в ходе любимой игры значительно повышает мотивацию ребенка к получению знаний, что способствует более интенсивному и гармоничному развитию познавательных процессов. Польза рисования песком для детей – это развивающее действие. Техника улучшает моторику пальцев рук, сенсорное восприятие и творческое мышление. В рисовании обычно задействованы обе руки, что положительно влияет на развитие и правого, и левого полушарий мозга. Еще одна польза рисования на песке – раскрытие художественного потенциала, проявление фантазии. У методики нет ограничений и строгих правил. Можно рисовать руками и разными приспособлениями. Сыпучая текстура материала позволяет создавать изображения любой сложности и степени детализации. Рисование песком доступно и для малышей, и для старших дошкольников. *Сказкотерапия* («лечение сказкой») – это комплексные занятия, которые нацелены на работу с чувствами, формирование ценностных основ личности, развитие творческих способностей ребёнка. Сказкотерапия родилась и развивалась на стыке психологии, педагогики, культурных традиций разных народов. Сказкотерапия решает множество задач, связанных с развитием ребёнка:

- раскрытие и активизация творческого потенциала;
- развитие фантазии и образного мировосприятия;
- знакомство с миром общечеловеческих ценностей, вековой народной мудростью, приобщение к бытовой культуре и опыту предков;
- регуляция самооценки, нейтрализация психологических проблем (страхи, враждебность, гиперактивность);

- формирование богатой, образной речи, совершенствование коммуникативной сферы ребёнка;
- оттачивание правильного произношения, артикуляции, речевого дыхания, развитие пальчиковой моторики и пространственного мышления;
- развитие умения выстраивать монолог, вести диалог с собеседником;
- решение проблем социальной адаптации, воспитание безопасной модели поведения, культуры здорового образа жизни.

Термин «игротерапия» предполагает наличие игровой деятельности. Ребёнок уходит в игру, как говорится, с головой. Проводит карандашиком по бумаге, вытягивает губки трубочкой, озвучивает летящий самолет или меняет тембр голоса, когда изображает речь своих героев – злых и добрых. Игра имеет исключительное значение для психического развития ребёнка. Она определяет его отношения с окружающими, готовит к взрослой жизни. Игра помогает ребёнку приобрести определённые навыки в той или иной деятельности, в том числе и в общении, усвоить социальные нормы поведения, повышает жизненный тонус, улучшает эмоциональное и физическое состояние. Игровой процесс помогает ребёнку легче и быстрее обучаться, приобретать навыки, которые ему пригодятся в дальнейшей жизни. Можно составить сказочных героев, природу и использовать в разыгрывании сказок. Дети, играя с фигурами, обговаривают свои действия, таким образом, мы развиваем речь и обогащаем словарный запас. Нельзя не сказать и о том, что Игротерапия ориентирована на стимулирование интереса детей к занятиям физической культурой и спортом, нацелена на воспитание у детей чувства ответственности за свое здоровье. На каждом занятии с использованием игротерапии у детей проявляется интерес к подвижным играм, формируется интерес играть дружно, согласовывать свои действия с действиями других. Целенаправленно подобранные подвижные игры развивают у детей мелкую моторику, равновесие, координацию и точность движений, улучшают качество внимания, помогают освоению элементарных математических представлений о величине, расстоянии, скорости, весе, объеме, то есть стимулируют развитие физических, психомоторных и интеллектуальных

способностей детей. *Изотерапия* является средством преимущественно невербального общения, что делает её особенно ценной в работе с детьми дошкольного возраста, изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей. Необходимо сказать, что это один из самых распространенных и широко применяемых видов арт-терапии. За счет использования различных изобразительных материалов, новых технических приемов, требующих точности движений, но не ограничивающих пальцы ребенка фиксированным положением, создаются условия для преодоления общей моторной неловкости, так как вместо традиционных кисти и карандаша ребенок использует для создания изображения собственные ладошки, различные печатки, трафареты, пальцы. Таким образом, применяя арт-терапию, каждый раз приближаем детей к здоровью в широком понимании этого слова – физической, социальной и психологической гармонии Человека. А также воспитываем в них доброжелательное отношение к людям, природе и, наконец, к самому себе.

Список литературы

1. Аметова Л.А. Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт / Л.А. Аметова. – М., 2003.
2. Амонова О.Н., Храмкова В. Ф. Система здоровьесберегающих технологий в ДУ / О.Н. Амонова, В.Ф. Храмкова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2016/56811.htm>. (дата обращения: 16.10.2024).
3. Базарный В.Ф. Освоение здоровьесберегающей технологии / В.Ф. Базарный [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://festival.1september.ru/articles/551512/> (дата обращения: 16.10.2024).
4. Зибарева Л.А. Шаг в будущее или приемы арт-терапии в работе с дошкольниками. Моя педагогическая находка / Л.А. Зибарева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.lurok.ru/categories/19/articles/62978> (дата обращения: 06.10.2024).