**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Теремок» п. долгая Яруга Чернянского района Белгородской области»**

Региональный очный конкурс

«Педагогическое призвание»

Номинация: «Художественно-эстетическое воспитание детей

дошкольного возраста: современный контекст»

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**«Изотерапия как средство здоровьесбережения у детей дошкольного возраста»**

**Автор**: **воспитатель разновозрастной группы**

**Солодовченко Наталья Николаевна**

***2024 г.***

**Аннотация**

В данной разработке «Изотерапия как средство здоровьесбережения у детей дошкольного возраста» раскрывается понятие «изотерапия» - как терапия рисованием. Изотерапия универсальная технология, её можно использовать как для индивидуальной работы с ребёнком, так и для совместного детского и детско-родительского творчества.

Изотерапия помогает обогатить и развить внутренний мир ребенка, позволяет раскрыть художественные способности, развивает мелкую моторику.

Благодаря технологиям которые применяются в изотерапии можно корректировать эмоциональное состояние ребёнка и помогать решать его внутренние психические проблемы.

**Проблема:**

Все родители хотят дать своему ребёнку как можно больше знаний, а это большая нагрузка на ребенка и является одной из причин ухудшения состояния физического и психического здоровья детей. В результате современные дети умеют читать, писать, считать, но реже восхищаются, удивляются, сопереживают и воображают. Многие родители не считают рисование серьёзным делом и заменяют интеллектуальными занятиями, более полезными, с их точки зрения.

**Пояснительная записка:**

Проект направлен на заботу об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье дошкольников посредством использования в работе изотерапии. Работа заключается не в обучении рисованию, а в том, что дети через различные техники, используя специально подобранные материалы, получали возможность выразить себя, выплеснуть накопившиеся эмоции, поделиться своими переживаниями и, таким образом, получали возможность выразить себя, улучшить свое эмоциональное состояние.

Нетрадиционные техники позволяют передать в рисунке чувства и эмоции, дают ребёнку свободу и вселяют уверенность в своих силах, способствуют улучшению самочувствия.

Для изотерапии подходят все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, уголь, пластилин, соленое тесто, глина, сыпучие продукты (крупы, горох, фасоль, макароны) засушенные листья. В последнее время особенно популярны рисование пальцами и ладонями, губкой или ватными палочками; рисование на стекле, аппликации и т. д.

**Актуальность:**

Во всех детских садах стараются найти уникальный метод для оздоровления детей. Конечно, в саду проводим утреннюю гимнастику, занятия по физической культуре, занятия познавательного цикла о здоровье, музыкальные занятия, двигательную разминку во время перерыва между занятиями, физкультминутки, динамические паузы, подвижные игры, физические упражнения на прогулке, гимнастика после сна и многое другое.

Ведь состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и необходимы для эффективного обучения в дальнейшем, и для этого необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое и психическое развитие.

Актуальность темы, которую я выбрала, заключается в том, что занятия с использованием арт-терапевтических технологий, а именно с внедрением изотерапии, является наиболее благоприятной для эмоционального благополучия и творческого развития навыков ребенка, так как в процессе нетрадиционного рисования ребёнок всесторонне развивается, происходит развитие эмоциональных и интеллектуальных сфер деятельности, психических процессов. У детей улучшается эмоциональный настрой, уходит застенчивость, тревожность и агрессия, им становиться легко оставаться собой в коллективе и при этом позволяют детям ощутить положительные эмоции.

**Цель проекта:**

Развитие художественно-эстетических способностей дошкольников посредством внедрения арт-терапевтической технологии –изотерапия, преодоление негативных форм поведения дошкольников.

**Задачи:**

* развиваем желание для свободного экспериментирования с художественными материалами и инструментами;
* создаём условия для проявляя ярких познавательных чувств: удивление, сомнение, радость от узнавания нового, художественный вкус, фантазию, изобретательность, пространственное воображение;
* воспитывать внимание, аккуратность, целеустремлённость, творческую самореализацию.
* привлечение родителей к совместной деятельности и участию в творческих конкурсах.

**Методы и формы работы:**

Формы: творческая работа.

Методы:

1. Наглядные: показ способов действий; наблюдение, анализ детских работ; рассматривание иллюстраций.

2. Словесные: объяснение выполнение действий; указания, поощрения, вопросы; беседы, художественное слово.

1. Практические: практическое выполнение работ.

**Ожидаемый результат**: Развитие художественно-эстетических способностей дошкольников посредством внедрения арт-терапевтической технологии – изотерапия,стабилизация эмоционального состояния детей в процессе рисования; сохранение здоровья дошкольников.

**Этапы работы:**

**I этап** - предварительный:

1.Изучение методической литературы по теме;подбор программно-методического обеспечение данной проблемы;

2.Составление перспективного плана проектной деятельности

3.Обновление уголка «Акварелька» художественным нетрадиционным материалом.

4. Консультации родителей.

**II этап** - основной:

Работая над развитием эмоциональной сферы воспитанников средствами «изотерапии», дети учатся разграничивать внутренние и внешние причины происходящего, начинают уверенно контролировать свои чувства.

Для этого мы использовали такие нетрадиционные техники рисования:

1. **Монотипия:**

Монотипия — рисование с помощью уникального отпечатка. Отпечаток получается уникальный, и создать две абсолютно одинаковых работы невозможно. Развивает глазомер, мелкую моторику, снимает эмоциональный стресс через цвет.

1. **Рисование ладошками:**

Рисунок из отпечатков ладошки – это всегда очень удивительное и интересное зрелище. И детям, и взрослым, очень нравится наблюдать за тем, в какие порой превращаются привычные для нас очертания детских рук. Большой восторг вызывает у детей и сам процесс создания такого рисунка. Развивает тактильную чувствительность, мелкую моторику, способствует снятию мышечного и эмоционального напряжения, самостоятельно мыслить и творчески работать, имеет профилактическое и терапевтическое значение.

1. **Рисование поролоном:**

Для развития воображения и художественного творчества важно, чтобы ребенок был знаком с многообразием изобразительными материалами и средствами. Поролоновая губка – прекрасное средство для детского рисования. Использование оттиска губкой дает возможность получить необычное изображение, что нельзя выполнить только кистью. Развивает зрительно-двигательное развитие, силу нажима, внимание и усидчивость.

1. **Кляксография:**

Кляксография (выдувание трубочкой) - это очередное волшебство рисования. Такое занятие для детей не только интересное, увлекательное, но и очень полезное. Так, как выдувание через соломинку укрепляет здоровье: силу лёгких и дыхательную систему ребёнка в целом.

1. **Пластилинография:**

Пластилином можно создавать различные изображения. Это трудоемкая техника, требует от ребенка усидчивости и длительного сосредоточения внимания. Хорошо данную технику использовать с гиперактивными детьми. Пластилинография способствует развитию воображения, оригинальности мышления, творческое самовыражение.

1. **Акварисование:**

Это технология рисования по поверхности воды, используются только натуральные материалы. Рисунок наносится красками, которые не растворяются в воде, а остаются на поверхности. Затем краски смешиваются между собой при помощи кисти (или специальной палочки) и образуют причудливые и неповторимые узоры. Далее на рисунок накладывают бумагу или ткань, осторожно снимают и высушивают. Дети воспринимают сам процесс рисования по воде как настоящее волшебство. Когда же их творение отпечатывается на бумаге, оставляя при этом воду кристально чистой, детский восторг не поддается описанию. Акварисование помогает не только развитию детской фантазии и воображения, но и оказывает удивительный успокоительный эффект.

1. **Рисование манкой:**

Рисовать манкой можно как на подносе выводя различные рисунки, так и на листе бумаги, для начала нужно с помощью карандаша нарисовать рисунок.

С помощью клея ПВА прорисовать контуры рисунка. Берем манную крупу и рассыпаем по рисунку, с уже нанесенным клеем. Высохший лист нужно легко встряхнуть, чтобы не приклеенные крупинки осыпались. Рисование манкой учит ребят работать в группе, делиться как материалом, так и идеями. Когда дети работают в коллективе, они становятся более организованными. Один ребёнок смотрит на другого и старается сделать ещё лучше. Поэтому можно считать такое рисование с манной крупой способом лечения для снятия стресса.

1. **Набрызг:**

Эта техника заключается в разбрызгивании капель краски на бумагу, она не сложная, но очень интересная техника для творчества.

Применение техники «набрызг» способствует: развитию воображения, умению выражать свой замысел, развитию уверенности в своих силах, развитию творческого и креативного мышления.

Каждая из этих техник – это маленькая игра. Их использование позволяет детям чувствовать себя раскованнее, смелее, непосредственнее, развивает воображение, дает полную свободу для самовыражения, есть ещё много техник которые предстоит нам освоить.

**III этап -** заключительный:

1. Оформление альбома детских рисунков «Весёлый художник»
2. Выставка «Мы рисуем» совместных рисунков детей с родителями дома.
3. Рассматривание перспектив в дальнейшей работе по заданной теме.
4. Участие в творческих конкурсах.

**Оценка результатов и отчётность**.

Результат моей работы показал, как постепенно ребята не только учатся новым техникам рисования, но и вносят элементы творчества, выполняют работы с желанием, положительным настроем. Я заметила во время занятия изо-терапией происходит развитие эмоциональной и интеллектуальной сфер деятельности. Анализируя проделанную работу, можно сделать выводы: после рисования дети увлекаются новыми видами и техниками способами рисования, с которыми познакомились на занятиях. Каждая новая работа – это естественный способ рассказа о себе, о своих чувствах и мыслях в текущий момент времени, а также о своем опыте и переживаниях, не нашедших словесного выражения и ставших для ребенка эмоциональным грузом.

На занятиях у детей открываются такие творческие начала, о которых он ранее и не подозревал. Ребёнок не задумывался о конечном результате, он получает удовольствие от самого процесса, он учится выражать свои чувства.

Использовать элементы такой терапии можно не только в детском саду, даже дома несложно помочь малышу справиться с психологическими проблемами при помощи творчества. Родители получив консультации от воспитателя с большим удовольствием занимаются творчеством дома, а также принимают активное участие в различных совместных конкурсах.

**Литература:**

1. М.В. Киселёва «Арт – терапия в работе с детьми» С.П6, «Речь», 2007;
2. Л.Д. Мардер «Арт – терапия с детьми дошкольного возраста» http://vunderkind
3. « Использование методов арт – терапии в работе с детьми

дошкольного возраста» http://www.moi- detsad.ru/konsultac/konsultac