

# «Методы арт-терапии в образовательном процессе ДОУ»

Южакова Ольга  
Николаевна  
воспитатель первой  
квалификационной  
категории  
МБДОУ  
«Д/с «Звёздочка»





«Искусство является важным  
средством воспитания, влияет  
на нравственность ребёнка, а  
также формирует его  
мышление, воображение,  
эмоции и чувства»

Э.Сурно



Искусство – это тот мир, в котором дети чувствуют себя непринуждённо и естественно. С помощью различных средств искусства они могут достаточно свободно выразить свои чувства, желания, мечты, дать выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, развивать свои художественные способности.



Арт-терапия – это лечение «пластическим изобразительным творчеством».

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами спонтанной художественной деятельности.

The image features five decorative circles at the top. From left to right: a solid light purple circle, a hollow light purple circle, a solid light purple circle, a hollow light purple circle, and a solid light purple circle.

Арт-терапия включает в себя  
музыкотерапию,  
библиотерапию  
(сказкотерапию), изотерапию  
(рисунок, живопись, лепка),  
театротерапию, танцетерапию,  
куклотерапию, маскотерапию и  
т.д.

# Использование музыки

Предлагаем детям взять инструменты и попробовать сочинить музыку, соответствующую настроению.

Инструменты: банки с водой и горохом, с мелкими и крупными камешками, с разными крупами, с мелким и крупным песком, разные виды бумаги, деревянные и металлические ложки, колокольчики, расчёски, резиновые шары, бусы.



# Рисуночная техника

## **Ассоциативное рисование.**

Тема: моя любовь, мой страх, моё будущее, полёт, надежда.

**Автопортрет в виде украшений** (для девочек), **оружия**(для мальчиков).

**Работа с масками.** Дети делятся на пары, надевают друг на друга нераскрашенную маску и рисуют на маске своего собеседника своё чувство к нему.

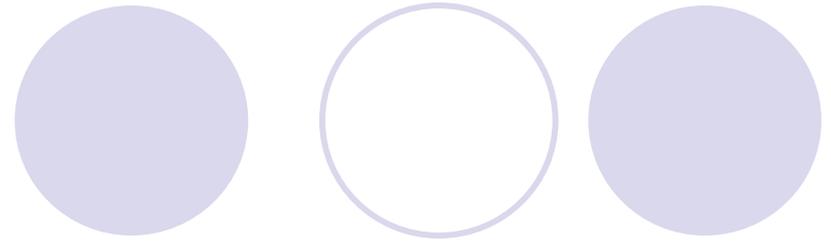
## **Рисование пальцами рук или ног.**

Необыкновенное чувственное наслаждение при тактильных контактах с краской, бумагой и водой.

**Использование фантазий.** Например, «Я куст роз», «Крылья». Можно рисовать музыку, стихи, составлять коллаж (авангардный автопортрет) и т.д.



# Театротерапия



Техника включает:

- Разыгрывание и просмотр сценок, которые дети сами сочиняют.
- Инсценировку картин известных художников.
- Импровизацию.
- Работу с марионетками. Когда кукла сделана, группа разыгрывает небольшой импровизированный спектакль.



# Танцевальная или двигательная терапия

Эта техника предполагает использование резервов своего тела полностью. Например:

- Движение телом сначала с закрытыми, а потом с открытыми глазами в зависимости от характера музыки.
- Танец с шифоновой тканью (её можно обёртывать вокруг себя, закручиваться в неё, кружить вокруг себя).
- 10-15 минут движения под музыку, а затем 5-10 минут лежать без движений, а потом встать и дать движение телу.

В завершении все ощущения дети зарисовывают акварелью.



# Библиотерапия

Техника включает в себя сочинение литературных произведений.

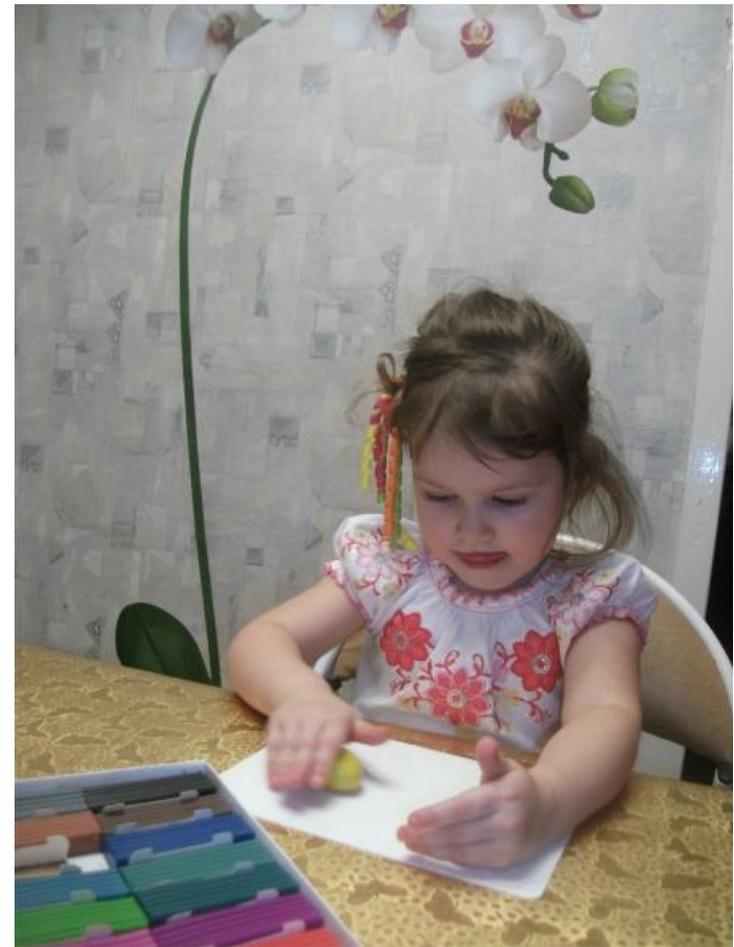
Например, можно:

- Создать сагу (чьё-либо жизнеописание)
- Написать письмо некоторым частям своего тела (к примеру: «Дорогой желудок! Я хотел бы тебе сказать...»)
- Описать сильные переживания из своей жизни.
- Придумать сказку и разыграть её. (Дети садятся в круг. Педагог сочиняет первую фразу. Далее по кругу по одному-два предложения говорят дети. Сочиняют до тех пор, пока не получают удовлетворения от придуманной истории.



# Лепка

Эта техника является эффективным способом наиболее полной трансформации страха – в радость, ужаса – в красоту и т.п. Материал для работы: глина, пластилин, солёное тесто.



# Использование природных материалов

Песок, вода, камни. В начале занятия необходимо провести непродолжительную по времени релаксацию со свечами и звуками живой природы. Далее дети молча встают и идут к ёмкости с речным песком. Доливая чуть-чуть воды, делают свои конструкции. Добавляя камни, веточки, палочки и маленькие игрушки, они создают неповторимую композицию. Для конкретизации образа построенную композицию дети изображают красками на листе бумаги. Сочиняют и рассказывают историю.



Арт-терапевтические  
техники не имеют  
противопоказаний,  
безболезненны и не  
опасны, приемлемы  
для детей и  
взрослых!

