

**«Арт - терапия как
здоровье сберегающая
технология в ДОУ»**



**Подготовила воспитатель:
Голосеева В. Я.**

В настоящее время в дошкольных учреждениях очень остро стоит вопрос профилактики и коррекции детской агрессивности, о поиске интересных и продуктивных методов, способов и направлений, которые могут использовать в своей работе не только психологи, но и педагоги.



*Дети должны жить в мире красоты,
игры, музыки,
рисунка, фантазии, творчества.
В.А. Сухомлинский*



Арт – терапия считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе с детьми.

Арт-терапия – (лат. ars – искусство, греч. therapeia – лечение) представляет собой методику лечения при помощи художественного творчества.

Арт-терапия применяется при:

- **психологических травмах, потерях**
- **возрастных кризисах**
- **развитии креативности**
- **кризисных ситуациях**
- **упрямстве**
- **агрессивности**
- **страхе, заикании**
- **гиперактивности**
- **частой смены настроения**
- **задержки речевого и психического развития**
- **трудности в общении со сверстниками и/или взрослыми**
- **возбудимости или апатичности**
- **подготовки к детскому саду / школе и периоде адаптации**
 - **потери родительского контроля над ребенком, непослушании**
 - **застенчивости и неуверенности в себе**
 - **развитии целостности личности**

Виды арт-терапии:

- *Музыкотерапия*
- *Сказкотерапия*
- *Танцетерапия*
- *Игротерапия*
- *Изотерапия*
- *Мандала-терапия*
- *Песочная терапия*

Музыкотерапия

Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной музыкотерапии ребёнок получает возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивной – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект.

Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушения общения, возникающее по разным причинам. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряжённость



Сказкотерапия



Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Из всего многообразия художественных материалов для чтения – рассказы, повести, романы, стихи, поэмы – в решении проблем агрессивного, неуверенного поведения, принятия своих чувств, мы используем сказки и притчи. Это примеры живой образности речи, способствующие разрешению внутренних конфликтов и снятию эмоционального напряжения, изменению жизненной позиции и поведения.

Сказкотерапия - означает «лечение сказкой». Как пишет Вачков И.В., сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи.



ТАНЦЕТЕРАПИЯ

выражение своих чувств и эмоций в свободном движении и импровизации под музыку.



Танцетерапию начали активно использовать после окончания Второй мировой войны. Тогда большому количеству инвалидов и ветеранов войны требовалась физическая и эмоциональная реабилитация. Танцевальная терапия стала применяться в качестве дополнительного метода лечения стационарных пациентов. Многие из них не могли говорить, но могли танцевать. Большой вклад в развитие этого вида терапии внесла Мэриан Чейс, работавшая в вашингтонской больнице св. Элизабет.

Основная суть танцетерапии заключается в том, что все психические травмы человека мешают ему свободно выразить свои эмоции. На поддержание этого мышечного зажима тратится энергия. После отреагирования вовне она начинает свободно циркулировать по всем частям тела.

У детей танцы помогают развить координацию движений, гибкость и чувство ритма.



ИГРОТЕРАПИЯ

Игротерапия – процесс взаимодействия ребенка и взрослого посредством игры. Основная цель игровой терапии - помочь ребенку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом – через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, "отыгрываемых" или моделируемых в игровом процессе. Очень хорошие результаты дает групповая игротерапия для детей замкнутых, стеснительных, некоммуникативных.

В работе с детьми по игротерапии используются вещи, с которыми они любят играть, так называемые "взрослые вещи": телефоны, плеер с наушниками, фотоаппарат, украшения. Детям важно пользоваться ими понарошку, так как именно с этими предметами связаны многочисленные запреты, что вызывает у детей напряжение.

Сказочная игра, особенно разыгранная в песочнице или с помощью кукол, поможет детям осознать причины своего поведения и понять свои слабые и сильные стороны.



Изотерапия

Изотерапия - это терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Это не создание произведений искусства. Здесь рисование служит инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе.



Мандала - терапия

Слово "мандала" имеет древнее происхождение, в переводе с санскрита - "священный круг". Где сам круг - это символ, олицетворяющий модель вселенной, от схематичного изображения клетки человека до "карты космоса".

Рисование мандал является прекрасным лечением для тех детей, которые подвержены различным страхам. Во время рисования страхи, которые спят глубоко в подсознании, исчезают, так как появляется состояние полного расслабления.



Песочная терапия

Один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребёнок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.

Для ребёнка песочная терапия хороша, как коррекционно-развивающая и образовательная работа. Работа с песком, — это и упражнения на тактильную чувствительность и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка. Маленький человек не всегда может рассказать взрослым о своих трудностях, а окунувшись в песок, для него это становится возможным.

Посредством игр с песком решаются такие задачи, как:

1. Закаливание детского организма
2. Релаксационный эффект
3. Сенсорное развитие .
4. Развитие моторики рук.
5. Развитие коммуникативных навыков .
6. Развитие творчества, фантазии.



Проект «Волшебный песок»









**Игры для младшего дошкольного возраста
«ОТПЕЧАТКИ»**



«НАЙДИ ИГРУШКУ»

«Я РИСУЮ НА ПЕСКЕ»



Игры для старшего дошкольного возраста

«Дикие животные в лесу»

«Отгадай загадку»



«Во саду ли, в огороде»



Спасибо за внимание!

