«Использование элементов арт - терапии

на уроках изобразительного искусства»

Что же такое Арт-терапия?

*Понятие «арт-терапия» с английского языка можно перевести как лечение, основанное на занятиях художественным творчеством.*

*Основная задача арт-терапии с помощью ИЗО научить детей выражать свои чувства и формировать у них позитивное мировосприятие.*

В ходе занятий снимается психо-эмоциональное напряжение и излишнее возбуждение детей, они чувствуют свою успешность и одобрение со стороны взрослых.

Очень важно создать атмосферу принятия. Поскольку главная цель занятий-самовыражение ребенка, гармоничное развитие личности и преодоление психологических трудностей. Поэтому сейчас арт-терапия приобрела педагогическое направление.

Арт-терапия имеет широкие, большие возможности в работе с детьми, у которых присутствуют различные эмоциональные проблемы, трудности в общении, негативные поведенческие реакции.

*Посредством арт-терапевтического воздействия можно:*

* *Снизить эмоциональную тревожность*
* *Повысить самооценку*
* *Развить коммуникативные навыки*
* *Способствовать развитию самопознания*

Я хочу представить вам некоторые техники, которые я использую на своих уроках.

* *Рисование по точкам*
* *Волшебные кляксы*
* *овощные печати*
* *монотипия*
* *Рисунок на стекле*
* *Пластилиновая живопись*
* *Пальцевая живопись*
* *Работа с глиной*
* *Лепка из соленого теста*
* *Работа с бумагой*

*Более подробно хочу рассказать о техники с использованием мандалы*

*Мандала в переводе означает «круг», циркулярная композиция.*

(они разнообразны, можно использовать готовые, так же дети могут нарисовать их сами с помощью циркуля)

 *Цель работы при разукрашивании мандалы:*

* *Развитие творчества*
* *Развитие произвольного поведения*
* *Снятие внутреннего напряжения, релаксация*
* *Развитие мелкой моторики*
* *Воспитание аккуратности*

Мандала используется для релаксации и расслабления

1. Разрисовывание мандалы должно приносить радость. Главное правило: ребенок должен работать без принуждения.
2. Разукрашивание имеет смысл, если ребенок выбрал мандалу сам. Нельзя навязывать выбор, он должен сделать это самостоятельно.
3. Нельзя давать установку на цвет. Ребенок должен сделать выбор самостоятельно. Ведь только он решает, какой цвет нужен в данный момент.
4. В идеале, мандала должна разукрашиваться от наружного края к середине (для взрослых и подростков), маленькие дети разукрашивают от середины к краю.

Это и есть способ релаксации и расслабления. Во время работы нельзя давать советы, как правильно работать с мандалой. Ребенок должен действовать по интуиции.

 Самое важное-соблюдение направления и порядок разукрашивания. Однообразные действия руки успокаивают и требуют концентрации внимания, тем самым снимают внутреннее напряжение. Чем чаще ребенок работает с мандалой, тем меньше будет трудностей с целенаправленностью поведения, тем больше он будет развивать свое творчество.

Таким образом, применение техник арт-терапия на занятиях в школе важно и нужно. Однако построить за 30 минут полноценное занятие в русле арт-терапии с целым классом довольно затруднительно. Но даже использование отдельных техник оказывает на уроке оказывает на учащихся своё терапевтическое воздействие. Применение этих техник особенно эффективно в начальной школе, так как дети не всегда могут точно сформулировать, что их беспокоит. А посредством изобразительной деятельности, работы с пластилином и прочего им легче выражать свои эмоции и их отыгрывать.

Таким образом, использование различных техник даёт эффект, может быть не столь большой, как, если бы они проводились в структурированной арт-терапевтической сессии, но тем не менее, они также несут свой положительный исцеляющий заряд.