**Лепка из соленого теста как элемент арт-терапии**

Издавна известно, что лепка чрезвычайно полезна - этот вид творчества, который:

• прекрасно координирует движение рук;

• способствует развитию речевых навыков ребенка за счет развития тонкой моторики пальцев;

• формирует образное мышление и воображение;

• учит взаимодействовать с объемом и пластикой материала, гармонично использовать в одном изделии выразительные возможности формы, линии и цвета.

Для лепки с детьми можно использовать самые разнообразные материалы (пластилин, глину, соленое тесто), все зависит от вашей фантазии, возможностей и поставленных целей. Многие дети отдают предпочтение лепке именно из соленого теста, а не из пластилина. Дети выбирают тесто, потому что оно на ощупь приятнее любой пластической массы — тесто «живое». А также, потому что поделку, созданную из такого материала, можно хранить годами и раскрасить на свое усмотрение. Также хочется отметить, что соленое тесто является экологически чистым, безопасным материалом, в котором отсутствуют химические добавки и который не вызывает никаких аллергических реакций.

Если говорить о пользе, которую приносит лепка вообще и лепка из соленого теста в частности, в развитии ребенка, то прежде всего это:

* **РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ**

При этом тесто помогает не только занять ребенка и получить удовольствие от лепки, но и благотворно влияет на развитие моторики и речи. Объясняется это тем, что зона мозга, отвечающая за движения рук, очень близко расположена к зоне, отвечающей за речь. Сначала малыш овладевает тонкими движениями рук, затем в его речи появляются первые слоги. Последующее формирование речи зависит от тренированности движений пальчиков ребенка.

 Во время работы с глиной у ребенка развивается моторика рук, сила и подвижность пальчиков, он учится координировать движения обеих рук, соответственно приобретает сенсорный опыт. При создании своей поделки малыш использует сразу обе руки, в этот момент задействованы все пальцы и внутренняя поверхность ладоней. Удивительно, но лепка из соленого теста дает тот же эффект, что и массаж рук.

Развитие мелкой моторики оказывает влияние не только на речь, но и на память, внимание, мышление. И все это, как известно, актуально не только для детей, но и для взрослых.

* **БЛАГОПРИЯТНЫЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ**

Лепка из теста – процесс одновременно творческий, развивающий, познавательный, воспитательный и обладающий выраженным терапевтическим эффектом. Работа с тестом исключительно благотворно воздействует на нервную систему, снимает напряжение и расслабляет. Тесто можно мять, катать, сжимать, растягивать, скручивать, рвать на кусочки или сплющивать. По мнению психологов, все эти действия отражают различные чувства и эмоции.

В лепке сочетаются два вида деятельности: умственная и физическая. Для создания поделки надо приложить усилия, выполнить определенные действия, овладеть умениями и практическими навыками, которые пригодятся ребенку в будущем для выполнения разнообразных работ.

В процессе лепки у ребенка развиваются такие нравственно-волевые качества, как целенаправленность и сосредоточенность на определенном занятии, умение преодолевать трудности в работе, помогать товарищу и т. п. При регулярных занятиях лепкой ребенок становится усидчивым, инициативным, пытливым, начинает планировать свои действия и доводить их до конца.

При изготовлении коллективных работ дети учатся договариваться друг с другом о выполнении общей работы, объединяться, помогать напарнику. Кроме того, оценка коллективного труда воспитывает у ребенка внимание, чувства такта, доброжелательность, справедливость, умение радоваться не только своему, но и общему или чужому успеху.

Участие ребенка в подготовке рабочего места и уборке его после лепки способствует формированию навыков самообслуживания, поэтому так важно приучить малыша к этому.

Кроме этого, лепка – одно из средств эстетического воспитания, поэтому необходимо предлагать ребенку только красивые образцы, например можно дать уже готовую керамическую фигурку. При работе с лепкой формируется чувство ритма, вырабатывается чувство пропорции.

Занятия с соленым тестом предоставляют возможности для психологической разгрузки, снятия внутреннего напряжения, «расковывают» ребенка и взрослого.

**Однако, занимаясь творчеством, надо четко знать все этапы творческого развития малыша.**

Практически все дети до 5 лет играют с художественными материалами. На данном этапе взрослый должен показать, как можно играть с глиной и поощрять ребенка. Таким образом, главное на первом этапе творческого развития – игра. Любимым занятием для малыша может стать изготовление отпечатков своих ладошек и любых других предметов. Просто раскатайте соленое тесто в пласт и попросите ребенка прижать к нему свою ладошку. Из таких отпечатков можно составлять целые композиции.

Поделки для совсем маленьких детей – это, в первую очередь, игрушки. Поэтому в процессе занятия они их видоизменяют, лепят заново, добавляют какие-то детали, а иногда ломают. Лепка очень полезна детям, особенно мальчикам. Один из самых важных видов деятельности ребенка – исследование, а для всестороннего изучения предмета его надо разобрать и собрать, поэтому нет ничего страшного в том, что малыш сломает свою поделку, он всегда сможет сделать ее еще раз.

2 – 3-летний ребенок, начиная лепить, не имеет никакого замысла, он просто мнет тесто в руках, режет, отщипывает, расплющивает, т. е. также играет с ним. На вопрос о том, что он сделал, малыш отвечает спонтанно.

В 3–4 года у ребенка также нет замысла, но на тот же вопрос взрослого, он уже отвечает, ассоциативно сравнивая свое изделие со знакомыми ему предметами. Пятилетние дети при лепке обращают внимание на основные внешние признаки, но вылепить детали они еще не в состоянии.

Поделки детей старшего возраста становятся все выразительнее и многообразнее. Так, они могут сразу задумать и вылепить динамичную фигуру, стараясь соблюсти основные ее пропорции. Ребенок уже обращает внимание на детали. Например, при лепке фигурки Деда Мороза, он обязательно добавит мешок с подарками, а Бабе-Яге – ступу.

До 8 лет у ребенка активно работает фантазия, поэтому следует поощрять его творческую самостоятельность, иногда можно подправлять поделку, показывать какие-то технические приемы. В этот период главное – фантазия.

При лепке с ребенком любого возраста помогите ему почувствовать материал, покажите его возможности создавать целую вселенную, помогите фантазировать и «оживлять тесто».

Если в процессе с ребенком в качестве приоритета выбрать технику, то у ребенка разовьется рука, но творческая самостоятельность погибнет, он привыкнет работать только на заданную тему. Если же правильно пройти все периоды творческого развития, то ребенок научится создавать яркие, самобытные вещи, в которых найдут отражения все его переживания.