Влияние арт-терапии на формирование здоровья дошкольников

Кондрашова Л.Н., воспитатель высшей квалификационной категории

Мбдоу детский сад комбинированного вида №5 «Семицветик»

г. протвино

Рисуя, занимаясь лепкой,описывая в литературной форме свою проблему или настроение,мы как будто получаем закодированное послание от самих себя, из глубин собственного подсознания.

INFLUENCE ART-TERAPII ON SHAPING of HEALTH DOSHKOLINIKOV

KONDRASHOVA L.N., VOSPITATELI HIGH KVALIFIKACIONNOY CATEGORIES MBDOU KINDERGARTEN of the MULTIFUNCTION TYPE 5 "SEMICVETIK" G. PROTVINO

DRAWING, CONCERNING with MODELING, DESCRIBING In LITERARY FORM ITS PROBLEMU ILI MOOD,WE AS it is WOKE;WAKED GET the ENCODED MESSAGE FROM THEMSELVES ITSELF, FROM DEPTHS of the OWN SUBCONSCIOUS.

Арт-терапия является компонентом здоровьеобеспечения учебно-воспитательного процесса в дошкольном образовательном учреждении. Технологии арт-терапии включают в себя комплексы мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности, способствуют формированию двигательных качеств, мелкой и крупной моторики, гармонизации психоэмоционального состояния, формированию устойчивых мотиваций на собственное здоровье и здоровый образ жизни, посредством обучения детей навыкам самооздоровления.

Модели арт-терапии представляют собой современную здоровьесберегающую технологию с использованием совокупности методов, обеспечивающих индивидуальный и дифференцированный подход к ребенку в образовательном учреждении с учетом его возрастных, нервно-психических возможностей, уровня развития здоровья.

Реализация программ по арт-терапии дает прекрасные результаты. Дети на занятиях освобождаются от негативных эмоций, стрессов, «зажимов», от робости и стеснительности, физической неуклюжести, угловатости, неуравновешенности.

 Наиболее часто используется в группе изотерапия, в частности, рисуночная терапия (или терапевтическое рисование, дополняя игрой, сказкой, музыкой). При использовании изотерапии предлагаюся и разнообразные занятия художественно-прикладного характера: рисование, лепка, поделки из ткани, меха, природного материала. При этом специальная подготовка, талант исполнителей и художественные достоинства работ не столь значимы. Важен и сам процесс творчества, и особенности внутреннего мира человека. Групповая изотерапия наиболее доступная, эффективная, соответствующая возрастным особенностям дошкольников арт-терапия.

Влияние изотерапии на формирование здоровья дошкольника определяется тем, что:

 - рисунок и другие продукты деятельности ребёнка позволяет проводить первичную диагностику состояния эмоциональной сферы человека;

 - уже сам процесс рисования, изготовления поделок, выполняет профилактическую и терапевтическую функцию, приводя в баланс внутреннее состояние физических, психических и эмоциональных качеств в развитии ребенка, и сам ребёнок в этом процессе «ведущий» при рисовании, лепке и др. У ребенка происходит развитие сложных движений кистей рук (в частности, вращательных) и тактильной чувствительности (осязания, пространственного мышления, зрительно-моторной координации и глазомера;

 - рисование стимулирует развитие левого, образного, полушария головного мозга ребенка;

 - возможность показать плоды своего труда другим наполняет душу ребенка положительными эмоциями через осознание своего авторства, уникальности своего произведения, гордости за него и, в конечном счете, за себя как автора.

 В процессе арт-терапии формируется психологическое здоровье детей: удовлетворяется актуальная потребность в признании, позитивном внимании, ощущении собственной успешности и значимости. Высвобождается психологическая энергия, которая тратится ребенком на неэффективное напряжение. Ребенок начинает чувствовать себя спокойно, расслабляется.

Психологическая защита в виде демонстративности, негативизма, агрессии уступает место инициативности, творчеству. Через творчество ребята получают новую информацию о себе: «я успешен», «у меня есть способности», «я признан другими», «мое мнение учитывается», «я могу справляться с трудностями». Через взаимодействие с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «мне легко общаться с взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают».

Таким образом, дополнительно формируется положительная самооценка ребенка и его позитивное отношение к окружающему миру. В ходе взаимодействия с детьми отрабатываются проблемы эмоционально-личностной сферы. Параллельно эти занятия способствуют развитию творческого потенциала ребенка в целом и воображения в частности. При работе в группе есть еще один дополнительный эффект: через рисунок и рисование развиваются коммуникативные навыки ребенка, способность к сотрудничеству со сверстниками. Помимо всего, рисование – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции.

В понимание «здоровья» разные авторы вносят свои акценты, но вместе с тем имеются и общие для всех положения: подчеркивается обусловленность здоровья внутренними и внешними факторами, отмечается качественно-количественная степень здоровья как состояние уравновешенности организма со средой.

Важно, чтобы в личности гармонично сочетались соматическое, психическое, физическое и нравственное здоровье. В единстве они образуют здоровье человека. Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма.

Литература

 1. Ермолаева М. В. Практическая психология детского творчества. - М. : 2001

 2. Зайцев Г. К., Колбанов В. В. Колесникова М. Г. Педагогика здоровья. - СПб. : Питер, 1994

 3.Фадина Г. В. Инновационные технологии дошкольного образования в современных социокультурных условиях. - Балашов, 2004

4. Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комисарова Л. Н., Добровольская Т. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании – М. : Академия, 2001.

 5. Копытин А. И. Теория и практика арт-терапии. СПб: Питер, 2002