**«Физическое развитие дошкольников через нетрадиционные техники рисования»**

**Автор:**

**Зорина Наталья Владимировна-**

**воспитатель**

**Самый драгоценный дар, который человек получает от природы – здоровье. Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства.**

**Я работаю педагогом дополнительного образования и уверена, что организация изобразительно – художественной деятельности и физическое воспитание тесно взаимосвязаны.**

**Чтобы ребята не уставали во время образовательной деятельности, я стараюсь создать условия для здорового физического развития своих воспитанников:**

 **- провожу пальчиковые игры перед началом художественной творческой деятельности, упражнения для зрения, точечный массаж;**

 **- обеспечиваю двигательную активность детей (по мере того как дети устают, провожу динамические паузы);**

**- постоянно слежу за осанкой детей, предлагаю им работать стоя, если им так удобно, и если это возможно;**

**- стараюсь создать благоприятный психологический климат.**

**Всё чаще в последнее время в своей работе я использую нетрадиционные техники рисования, т.к. изобразительная деятельность сложна, особенно в дошкольном возрасте. Дети ещё не овладели многими техническими навыками, у них слабая моторика пальцев, а нетрадиционные техники позволяют ребенку при недостаточно хороших навыках добиться удачных работ.**

**Существует множество техник и приемов нетрадиционного рисования:**

**1. Рисование пальцами рук.**

**2. Рисование ладошками.**

**3. Рисование нитками.**

**4. Пластилинография (рисование пластилином).**

**5. Рисование штампами из картона, из овощей.**

**6.«Набрызг» (разбрызгивание краски с помощью зубной щетки на бумаге).**

**7.«Тонировка» (рисование солью, песком, текстурой).**

**8.«Кляксография» (рисование кляксой).**

**9.«Граттаж» (процарапывание рисунка с помощью деревянной палочки или пера).**

**10. Клеевой рисунок (рельефно-выпуклое рисование клеем ПВА или канцелярским клеем).**

**11.«Выдувание» (рисование с помощью трубочки от сока).**

**12. Рисование мыльными пузырями.**

**13.«Коллаж» (сочетание рисования и аппликации из разных материалов).**

**14.«Батик» (рисование на ткани).**

**15. Рисование бусинками, шариками, камешками.**

**16.«Мокрая живопись» (рисование на мокрой бумаге).**

**Конечно, дети, работая в необычной обстановке, могут перепачкаться, но это временные трудности, которые можно предусмотреть. Во время рисования пальцами рук ребенок получает необыкновенное чувственное наслаждение при тактильных контактах с краской, бумагой, водой, что благотворно влияет на нервную систему, укрепляет и развивает её. Рисование выдуванием через соломинку укрепляет здоровье и силу легких и дыхательной системы. А вот работа с крупой, бусинами, камушками и пластилином, положительно влияет на психику ребенка, носит терапевтический характер и способствует развитию руки ребенка, особенно мускулатуры кисти и пальцев развивает мелкую моторику. Все виды занятий  изобразительной деятельностью  при правильной организации положительно влияют на физическое развитие ребенка. Они способствуют поднятию общего жизненного тонуса, созданию бодрого, жизнерадостного настроения.**