

## Рекомендации для родителей

### «АРТ-ТЕРАПИЯ ДОМА – ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ»

Уважаемые Родители! Для некоторых из вас арт – терапия еще безызвестная область, про которую вы мало слышали и слабо доверяете, может быть некоторые из вас, уже знакомы с арт – терапией, ее методами и особенностями, и, возможно, Вас уже захватил спонтанный, творческий, несущий радость переживаний дух данного метода. Безусловно, кроме творчества у данного метода масса преимуществ – и мы подчеркнем их для Вас.

#### Преимущества арт-терапии

- помогает развивать эмоциональную сферу ребенка, закрепляя доверие к миру;
- помогает легче прожить период адаптации;
- снимает негативные стрессовые состояния: гнев, тревогу, обиду и т.д.;
- развивает сенсорные способности ребенка: ощущения, восприятие, интеллект, мелкую моторику, речь, воображение, творческие способности;
- обогащает социальный опыт ребенка, развивает его коммуникабельность;
- арт – терапия помогает познавать мир, исследовать его, развивать опытную и экспериментальную деятельность;
- помогает развить гармоничную, духовно развитую личность;
- вскрыть проблемы и недостатки в развитии и воспитания ребенка, его переживания и состояния, отношения с миром.

Часто Вы задаетесь вопросом: «А как я могу дома самостоятельно использовать что-то из видов арт-терапии?». На это Вы найдете ответы в этой статье. Мы уверены в том, что для каждого из вас важна жизнь, эмоции, ощущения, взгляд на мир вашего ребенка, предлагаем использовать вам в общении с вашими детьми игры, которые содержат в себе направления арт – терапии.

## Упражнения на основе техник арт-терапии, которые можно использовать дома в работе с детьми

### 1. *Рисование на мокрой бумаге*

Окуните лист белой бумаги в воду, затем удалите лишнюю воду при помощи губки. Нанесите любой цвет на бумагу, пусть малыш обратит внимание на то, как краска «расползается» по листу, как появляются нежные, размытые полутона. Дайте возможность малышу самому поэкспериментировать. Когда рисунок высохнет подумайте вместе с малышом, что это может быть - дом, лес в тумане, вечерний закат или еще что-нибудь.

### 2. *Отпечатки на бумаге*

Отпечатывать на бумаге можно разными способами: половинкой картофеля, поролоном, сжатым кусочком скотча, смятым кусочком бумаги, комочком шерстяных ниток, осенними листочками, нанося на эти материалы краску.

### 3. *Игра «Следы невиданных зверей»*

Вы можете нарисовать или приклеить изображение любого животного на лист белой бумаги (можно даже выдумать несуществующее животное и его нарисовать) и предложить ребенку проставить следы этого животного, а кусочком мятой бумаги можно дорисовать падающий снег, кусочком картофеля – «отпечаток» солнца. Фантазия здесь может быть безгранична, помните важен не продукт – а сам процесс.

## Техника монотипии и кляксографии

### 1. *Игра «Зимняя сказка»*

Возьмите чистый лист бумаги и небольшой кусочек нитки тонкой или полшерстяной, смочите ее в краске и рисуйте ею разнообразные узоры, проводя по бумаге.

2. *Игры «Новогодний салют», «Дружные цвета», «Лопнул пузырь», «Падает снег».*

На чистый лист бумаги ударяйте пальчиком на смоченную кисточку в краске под углом 90 градусом. В результате нанесения разноцветных брызг можно получить новогодний салют.

### **Игры с пластилином**

1. *Игра «Пластилиновые узоры»*

Научите отщипывать маленькие кусочки пластилина от большого, лепите шарики, затем нажимайте на них, получая пластилиновое «пятнышко». А если нажимать на шарик и тянуть пальцем вниз – получится пластилиновая линия.

2. *Игра «Пластилиновая мозаика», «Украсть пирог», «Выложи дорожку из камушков».*

Нанесите на пластиковую дощечку или картон пластилин тонким слоем толщиной 5 мм. При помощи ножечка определите контур рисунка (пирог, дорожка, курочка Ряба и т.д.). Предложите крупы ребенку: горох, фасоль, зерна кофе, маленькие ракушки, камушки, бусины и т.д. Используя прием вдавливания, покажите ребенку, как можно оформить картину.

### **Игры с песком**

Прежде чем приступать к работе с песком, учтите, что песок должен быть безопасен – просеян, промыт и высушен, проколот в печи, а также он не должен содержать крупных, колких предметов, мусора, стекла, камней, которые бы могли повредить кожу малыша.

Учите пересыпать песок по стаканчикам различного размера, из одного стаканчика в другой. Если в доме нет песка, можно использовать мелкую крупу, допустим, манку. И крупнозерновая крупа также имеет свои преимущества.

1. *Игра «Спрячь ручки»*

Предложите малышу спрятать ручки в песке, емкостях, наполненных разными крупами от мелких до крупных.

## *2. Игра «Пересыть крупу»*

Предложите ребенку с помощью маленькой лопатки, совка или воронки (можно и руками) пересыпать песок или крупу из одной емкости в другую. «Жила – была на свете мышка – норушка. Она была очень запасливая. У нее в норке хранились разные семена и крупы. Давайте поможем мышке разложить зернышки в баночки, коробочки, пакеты. Теперь запасы хорошо сохраняются».

## *3. Игра «Гора песка»*

Предложите ребенку построить из песка гору. Научите его загребать песок лопаткой или ладонью. «Вот какая высокая гора получилась!». Затем укрепите на вершине горы веточку или цветочек. «А на самой вершине вырос цветочек! Давай польем его из лейки, чтобы вырос!»

## *4. Игра «Прятки»*

Спрячьте в песке маленькие фигурки животных, людей, игрушки (киндер – сюрпризы). «Помоги мне, пожалуйста, найти непослушные игрушки, они спрятались от меня и не хотят выходить. Мы с ними играем в прятки!»

## **Игры с водой**

### *1. Игра «Кораблики»*

Наполните пластиковую коробку водой, опустите туда бумажные кораблики, попросите ребенка изобразить морской ветер, дующий на кораблики. Можно устроить соревнование кто сильнее.

### *2. Игра «Переливаем водичку»*

Предложите малышу переливать водичку из стаканчика в стаканчик, пусть малыш слушает звук переливающейся воды и тренирует мышцы кистей рук.

### *3. Игра «Поймай рыбку»*

В емкости, наполненные водой, разместите картинки – «рыбки» из плотной бумаги, можно из пластика, предложите детям взять прищепку и поймать рыбок. Пусть ребенок сложит пойманный улов в ведерко.

#### *4. Игра «Цветная вода»*

Возьмите несколько пластиковых прозрачных стаканчиков. Нанесите на кисточку краску и опустите в воду. Покажите, как краска с кисточки в воде быстро растворяется. Разведите несколько цветов, пусть малыш сам попробует разводить краску.

Приведенные игры занимают детей, они не требуют дорогостоящих материалов и затрат на них, но требуют вашего времени, внимания и участия, вашей похвалы и одобрения. Будьте щедры на свои положительные эмоции. Ваша похвала и одобрение бесценны для ребенка, дайте возможность малышу быть свободным в своем воображении, мыслях, речи, творчестве, ведь это придает ему уверенность, доверие к окружающему миру. Регулярно устраивайте выставку работ вашего малыша, демонстрируйте их гостям и близким, постоянно ее обновляйте.

Гармонично развитая личность ребенка, с присущей ей любовью к красоте, сейчас в ваших руках. И от того, как вы построите модель своего поведения, общения с малышом сейчас, не откладывая на долгий срок, зависит его дальнейшая жизнь и судьба.

**ЖЕЛАЕМ ВАМ УДАЧИ!**