**МАНДАЛА-ТЕРАПИЯ ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРОЦЕССЕ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС**

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| **Мандала, как один из современных методов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста.**  **Мандала, как один из современных методов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста.**  Что же такое арт-терапия? Это сравнительно новое направление, которое постепенно набирает все больше популярности в психологии, в социальной работе. Суть данной терапии состоит в использовании различных видов искусства и творчества для психологического анализа и коррекции. Методы арт-терапии отлично помогают в преодолении последствий стресса, в выявлении психологических и личностных проблем. Цели индивидуальной и групповой арт-терапии заключаются в самовыражении и познании себя через символы в творчестве. К целям арт-терапии относится также самореализация, гармонизация личностного развития детей и взрослых.  Сегодня я расскажу об одном из современных приемов арт-терапии, который использую в своей работе. В наше время система дошкольного образования характеризуется широким развитием инновационных подходов к осуществлению педагогической деятельности в образовательном процессе. В детском саду ребенок получает первый опыт взаимодействия с другими людьми, пытается найти свое место среди них, учится жить в ладу с самим собой и окружающими и получает первые элементарные знания. В работе с детьми необходимо создание условий воспитания и обучения с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Одной из приемлемых форм работы с детьми является метод мандалы.   Мандала – это, как правило, это круг, имеющий выраженный центр.  Мандала — это не просто красивый замысловатый рисунок. Это сложнейшая геометрия, несущая в себе грандиозную смысловую нагрузку.  Мандала — это ценный инструмент для развития положительных качеств человека, его силы и энергетики.  Первооткрывателем мандалотерапии стал Карл Густав Юнг. Мандалотерапия — это безопасный и естественный способ изменения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств и развития саморегуляции.  Мандалы очень полезны, как для взрослых, так и для детей. Ведь символический язык рисунка точнее, нежели слова, передает содержание внутреннего мира личности, естественен и привлекателен, понятен в любом возрасте. Они помогают полностью расслабиться и установить контакт с функциями правого полушария мозга, то есть с бессознательным.  В работе с дошкольниками работать с мандалой можно как на индивидуальном, так и на групповом занятии, используя различные виды мандалатерапии:  Созерцание мандал. Только при систематическом созерцании мандал можно говорить о переменах. Предлагаем вам внимательно разглядеть картинки, начиная с краев и приближаясь к центру по часовой стрелке. Дойдя до центра, переведите свой мысленный взор на внутренние ощущения. Не отрывая взгляд от мандалы, продолжайте наблюдать за своим внутренним миром, как бы погружаясь в него всё глубже. Время концентрации определяется индивидуально.  Раскрашивание готовых мандал *(начиная от простых узоров, заканчивая более сложными)*.  **Цель работы при закрашивании мандалы:**   * развитие творческих способностей * развитие произвольности поведения, коррекция эмоционального состояния * диагностика актуального настроения *(раскрашивание белого круга)* * развитие воображения * снятие внутреннего напряжения, релаксация * развитие мелкой моторики рук, графомоторных навыков * воспитание аккуратности * активизация бессознательного.   Рисование и создание собственных мандал из ниток, цветного песка, декоративных мелких камней, природного материала и т. д.  Данный вид деятельности в нашем дошкольном учреждении используется с детьми, начиная с младших групп, в таких направлениях:  — предлагается раскрашивание мандал-раскрасок;  — создание собственных мандал из цветного песка, декоративных мелких камней, природного материала.  Дети в ходе индивидуальных и подгрупповых занятий раскрашивают мандалы, начиная от простых узоров, заканчивая более сложными.  Рисование мандал способствует развитию образной памяти, целостному восприятию мира, развитию интуиции и эмоционально-чувственного мира, т. е. становлению творческой личности.  Существуют правила работы при использовании мандалы:   1. Ребенку предлагается несколько мандал на выбор *(то, что ему ближе по настроению)*. 2. Ребенок самостоятельно выбирает материалы для работы и цветовую гамму. 3. На одном занятии ребенку предлагается только одна мандала. 4. Практикуется использование музыкального сопровождения. 5. Педагог не вмешивается в работу ребенка, без его согласия. 6. Педагог следит за состоянием напряжения/расслабленности в процессе работы. 7. Не высказываются оценочные комментарии по поводу работы. 8. После работы ребенку предлагается дать название мандале, которую он изобразил, проводится беседа по поводу работы, анализ его деятельности *(допускаются корректные наводящие вопросы)*.   Время работы с одной мандалой 20 минут. Если ребёнок не успел на одном занятии закончить мандалу, то он это делает на следующем занятии.  Данный вид деятельности положительно влияет на детей с ярко выраженной двигательной активностью, снижает уровень тревожности, повышает концентрацию внимания, способствует развитию творческих способностей.  Мы практикуем использование мандал и в методической работе, что способствует улучшению эмоционального состояния педагогов, изменению психологической атмосферы в коллективе, снятию напряженности, групповому сплочению.  Совершенно не важно, умеет ли ребенок рисовать, лепить, моделировать, работать с карандашом, красками, пластилином, глиной. Ведь целью будет не создание шедевра, а та внутренняя работа, что позволит душе выйти из состояния ограничений, критики, запретов, увидеть себя и мир заново. |