

**Муниципальное автономное общеобразовательное  
учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа №80»**

**«СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ  
ДЕТЕЙ СРЕДСТВАМИ  
АРТ-ТЕРАПИИ В УСЛОВИЯХ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ»**



**Гезь Лариса Владимировна  
Учитель музыки**



# Практические приемы и методы

**1. Упражнения на снятие эмоционального напряжения, психофизического зажима**  
(дыхательно-релаксационные, зрительно-релаксационные)

**2. Профилактика верхних дыхательных путей**  
(азбука дыхания, точечный массаж, гимнастика голосового аппарата)

**3. Вокалотерапия**  
(упражнения с гласными У О А Э Ы, ритмодекламация)

**4. Пальчиковые игры**  
(направлены на активизацию мыслительной деятельности, на развитие образного мышления, пластическое интонирование)

**5. Игры**  
(координационно-подвижные, коммуникативные, игры-разминки)

# Занятия Арт-терапией:


- **гармонизируют психические процессы**
- **развивают дремлющие творческие возможности личности**
- **помогают оздоровлению организма**
- **восстанавливают его жизненные силы**



# **Виды арттерапевтических техник**

- **Рисование форм восковыми мелками, пастелью, углем**
- **Динамическое рисование**
  - **Пластицирование**
  - **Шрафировка**
  - **Живопись**





Пластичирование - лепка из глины

**Творение в пространстве**

**Познание форм в пространстве**

**Создание образа по памяти**

# **Пластицирование направлено на оздоровление организма:**

- **способствует снятию мышечных зажимов и усталости;**
- **располагает к двигательной и эмоциональной разрядке;**
- **развивает тактильные ощущения, внимание, пространственное и творческое воображение;**
- **действенное средство в арттерапии гнева, агрессии, страхов, тревожности, замкнутости.**





