***Еременко Г.А.***

*Воспитатель МАДОУ*

*«ЦРР – детский сад № 161» г. Пермь*

**Использование элементов Арт - терапии в здоровьесбережении детей с задержкой психического развития.**

Здоровье-это не только жизнь без болезней, но и гармоничное развитие, высокая умственная и физическая работоспособность, умение быстро приспосабливаться к изменяющимся условиям. В Конвенции о правах ребенка сказано, что «здоровье-это не только показатель физического состояния организма, но и психологического и духовного». Нашу группу посещают дети, которые испытывают потребность не только в коррекции интеллектуального развития, но и психологического. Анализируя оздоровительные маршруты детей, выявили следующее: Часть детей гипервозбудимые с элементами агрессии. Другая часть детей имеет преобладание процессов торможения над возбуждением. Эти дети заторможены, медлительны. На основании анализа выявленных проблем педагоги нашей группы считают, что АРТ- педагогика является одной из форм здоровьесбережения воспитанников, которая будет направлена на коррекцию их развития, раскрытию эмоционального внутреннего мира. АРТ-педагогика по отношению к специальному образованию - это синтез двух областей научного знания (искусства и педагогики),обеспечивающих разработку теории и практики педагогического коррекционно-направленного процесса художественного развития детей с задержкой в развитии. Учеными педагогами были сделаны выводы, что АРТ -педагогика оказывает лечебное воздействие на психологические процессы в организме человека, снимает психоэмоциональное напряжение, мобилизует резервные силы, стимулирует творчество. Таким образом, в АРТ- педагогику необходимо активно включать, как один из основных компонентов, элементы АРТ-терапии: аромотерапия и музыкотерапия. Музыкальная терапия-это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей, страдающих от соматических и психических заболеваний. Многочисленные методики музыкотерапии предусматривают, как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного ведущего фактора воздействия, так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных методов для усиления их воздействия и повышения их эффективности. Музыкальную терапию широко применяют во многих странах мира для лечения и профилактики широкого спектра нарушений: отклонений в развитии, эмоциональной нестабильности, поведенческих нарушений, сенсорного дефицита, психических отклонений, аутизма, психосоматических заболеваний. Использование музыки с лечебной целью имеет давнюю историю. В прошлом музыка широко применялась во врачебной практике. Это известно из различных источников: из работ Платона, из жизнеописания царя Давида. из упоминаний в мифах об Аполлоне. Пифагор и Аристотель указывали на профилактическую и лечебную силу воздействия музыки. Они считали, что музыка устанавливает порядок во всей Вселенной, в том числе и нарушенную гармонию в человеческом теле. Было замечено, что музыка, прежде всего, ее основные компоненты - мелодия и ритм, изменяют настроение человека, перестраивают его эмоциональное состояние. Музыкатерапия сама по себе реализует ряд целей: позволяет преодолеть психологическую защиту ребенка -успокоить или, наоборот, активизировать, настроить, заинтересовать. Помогает установить контакт между педагогом и ребенком, развить его коммуникативные и творческие возможности, способствует развитию и установлению межличностных отношений. Увлекает и оказывает сильное успокаивающее воздействие на большинство гиперактивных детей. Снимает замкнутость и скованность у детей, улучшает речевые функции. Учитывая неисчерпаемые возможности музыки воздействовать на внутренний мир ребенка, способность нормализовать процессы торможения и возбуждения мы, педагоги группы, активно используем музыкотерапию в педагогическом процессе. У нас собрана фонотека, в которую входит классическая музыка («Моцарт для детей», П.И.Чайковский «Времена года»), музыка для релаксации («Звуки леса», «Шум моря») музыкальные сказки, прибаутки, народные детские песенки под сопровождение народных инструментов. В течение дня стараемся найти минутки для прослушивания музыкальных произведений. В утренний и вечерний отрезок используем элементы музыкотерапии перед сном и во время сна, что позволяет детям расслабиться и успокоиться. Во время занятий в ходе самостоятельной деятельности детей музыка помогает сосредоточиться на задании, настраивает и активизирует их, что способствует усвоению знаний, умений и навыков. Вечером, когда наблюдается утомление, возбуждение у воспитанников, проводим минутки тишины, что способствует нормализации процессов торможения и возбуждения у детей («Шум моря», «Звуки леса» и т.д.). Иногда дети сами просят включить красивую или волшебную музыку, интуитивно чувствуя потребность в психологическом отдыхе. Наука о лечении различных заболеваний ароматами эфирных масел получила название аромотерапия. Эфирные масла благотворно воздействуют на эндокринную, имунную и нервную системы, эффективны против многих микроорганизмов. Аромотерапию целесообразно проводить во время адаптации к дошкольному образовательному учреждению, так как она способствует нормализации процессов торможения и возбуждения. Так же она является профилактическим средством простудных заболеваний в весенний-осенний периоды и в период эпидемии гриппа. Спектр аромотерапии очень широк. В группе мы используем индивидуальные аромомедальоны (чеснок) и аромокурительницы с маслом лимона, мяты, апельсина. При этом выполняем следующие правила: использовать только знакомые аромасла, не вызывающие аллергию у детей (зуд, отеки, покраснение кожи и т.д.). Обязательно консультация у педиатра. Элементы Арт- терапии, используемые в педагогическом процессе нашей группы, позволяют усилить коррекционно-воспитательную работу с детьми, имеющих задержку психического развития. Арт- терапевтические методики дают возможность ставить и решать конкретные задачи по созданию новых мотивов, установок, их закреплению в реальной действительности, позволяют преодолеть психологическую защиту ребенка, нормализует у него процессы торможения и возбуждения, установить и развить межличностные отношения.

***Список литературы:***

1. *О.А. Ворожцова «Музыка и игра в детском саду» М.,2004*
2. *М.В.Киселева «АРТ- терапия в работе с детьми» СПб :Речь,2007*

*3.А.И.Копытин «Теория и практика АРТ - терапии» СПб:Питер,2002*