Таймырское муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида «Сказка»

**Тренинг для педагогов**

**«Танцующие краски»**

**Педагог-психолог**

**Маргарян В.М.**

Дудинка, 2024г.

**Цель:** Знакомство педагогов с новой современной здоровье сберегающей технологией – арт-терапии – Эбру – рисование на воде, как средством снятия психоэмоционального напряжения и благоприятного психологического воздействия на эмоциональное состояние.

**Задачи:**

1. Познакомить участников тренинга с эффективной технологией арт-терапии – Эбру.
2. Показать педагогам основной способ рисования красками на воде.
3. Создать условия плодотворного общения участников тренинга.
4. Освоить новые способы снятия напряжения, усталости.

**Ход тренинга**

Психолог: Здравствуйте, уважаемые коллеги! Приятно всех видеть. Для начала выполним упражнение, которое поможет вам расслабиться.

1. Упражнение «Зачем мы здесь сегодня собрались»

Психолог: Предлагаю достать из корзиночки листочки бумаги, на которых написаны шуточные ответы на вопрос «Зачем я пришла на тренинг». И зачитать их. Ответ предполагается такой: «Сегодня я пришла на тренинг, потому что….» и зачитывается с листочка.

- дома делать нечего; здесь столько интересных людей

-у меня просто не было другого выбора

- это моя тайна, я не могу вам раскрыть её

-без меня этот тренинг просто не состоялся бы

-дома меня все достали

- А где ещё пообщаться с умными людьми

- денег занять

- посмотреть, во что теперь одеваются

- Да люблю я вас!

- без меня вам будет скучно

- я тут живу

- ошиблась дверью

- мне пообещали немалое денежное вознаграждение.

Психолог: Уважаемые коллеги, приглашаю вас расслабиться, окунувшись в волшебную сказку «Эбру»!

Эмоциональное состояние многих вызывает сегодня серьезную тревогу. У детей отмечается высокая тревожность, повышенная раздражительность и даже агрессия. Поэтому на сегодняшний момент нам педагогам необходимо искать новые средства психолого­педагогической поддержки предупреждения негативных эмоций у детей. В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия, можно успешно использовать арт­терапию.

Арт­терапия – дословно обозначает: лечение искусством.

Рисование на воде - эбру - это хорошее средство снятия психоэмоционального напряжения. Оно хорошо подходит для взрослых и детей с повышенной тревожностью. Рисование на воде снижает эмоциональное напряжения. Можно использовать эбру в качестве развивающего средства. Такое рисование отлично развивает у детей воображение и мышление, а также дает возможность ребенку почувствовать себя настоящим художником и получить настоящее удовлетворение от творчества.

Для начала рисования нам понадобятся: емкость с раствором, кисточка, зубочистка для мелких деталей, палочка (спицы), салфетки. В рисовании техникой «Эбру» — нет правильных или неправильных штрихов, каждое движение, каждая капелька краски – это творчество.

Сейчас мы попробуем нарисовать.

Берем кисть и капаем в нашу тарелочку с раствором, при смене краски обязательно промываем и вытираем кисточку от краски. Для большой емкости разбрызгиваем краску стуча кисточкой об палец. Наш холст покрыт краской.

Возьмите спицу и проведите по поверхности, сделав несколько линий вдоль, затем поперек, затем по диагонали лотка. Краски должны потанцевать. Не забудьте спицу держать прямо 90 градусов и касаемся поверхности кончиком спицы. Спицу вытираем салфеткой, набираем нужную краску, капаем и получаем круг. Вытираем салфеткой спицу, берем другую краску, капаем в середину круга.

Делаем цветок.

Опускаем спицу чуть выше первого круга и проведем прямую линию в центр круга. Теперь вводим спицу в круг и плавными движениями оттягиваем краску по дуге, влево и так же вправо. Второй круг собираем в центр. Приступаем к третьему кругу, собираем его в цент, а теперь каждый лепесток оттягиваем в строну.

Мы получили три разных цветка.

Ну а теперь каждый может немного пофантазировать и дополнить свою работу.

Итак, наш цветочный узор готов, а чтобы его красота нам заполнилась, надо его сохранить. Берем лист бумаги по размеру лотка и аккуратно накрываем им изображение, слегка разглаживаем палочкой поверхность.

Считаем до 10.

Подцепляем лист шилом или палочкой за верхний край и плавно перетаскиваем его через лоток, чтобы убрать лишнюю жидкость. Жидкость в лотке осталась светлая, можно нарисовать еще одну картинку и загадать желание и оно обязательно сбудется!

Рисуйте вместе с детьми, детям очень нравятся. Это способствует развитию творческого мышления, воображения, креативности, развивает мелкую моторику руки, Это помогает внести цветные краски и эмоции в нашу жизнь! Расслабиться и успокоиться и увидеть, как прекрасен этот мир.