

Муниципальное дошкольное образовательное
бюджетное учреждение “Детский сад № 21 “Звездочка”
комбинированного вида”

НЕТРАДИЦИОННЫЕ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ РИСОВАНИЯ

г. Минусинск

Е.В. Гиро, воспитатель высшей категории

Дудланг и зентангл

Относящиеся к нетрадиционным арт-терапевтическим техникам рисования и являющиеся одной из широко применяемых методик коррекции тревожности и агрессии.



ДУДЛИНГ в переводе с английского - бессмысленный рисунок, машинальное или медитативное рисование.

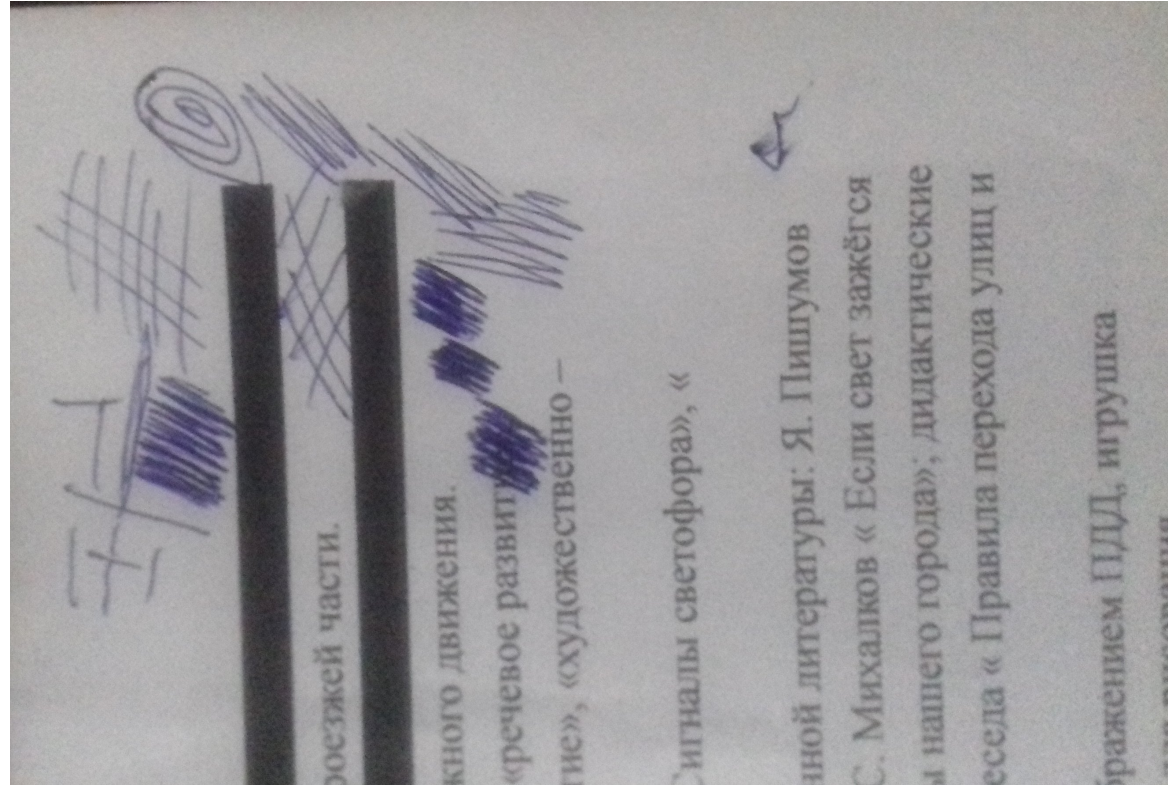


ЗЕНТАНГЛ же представляет собой особенную совокупность повторяющихся узоров. ростые графические рисунки маленького формата, требующие большей концентрации внимания.



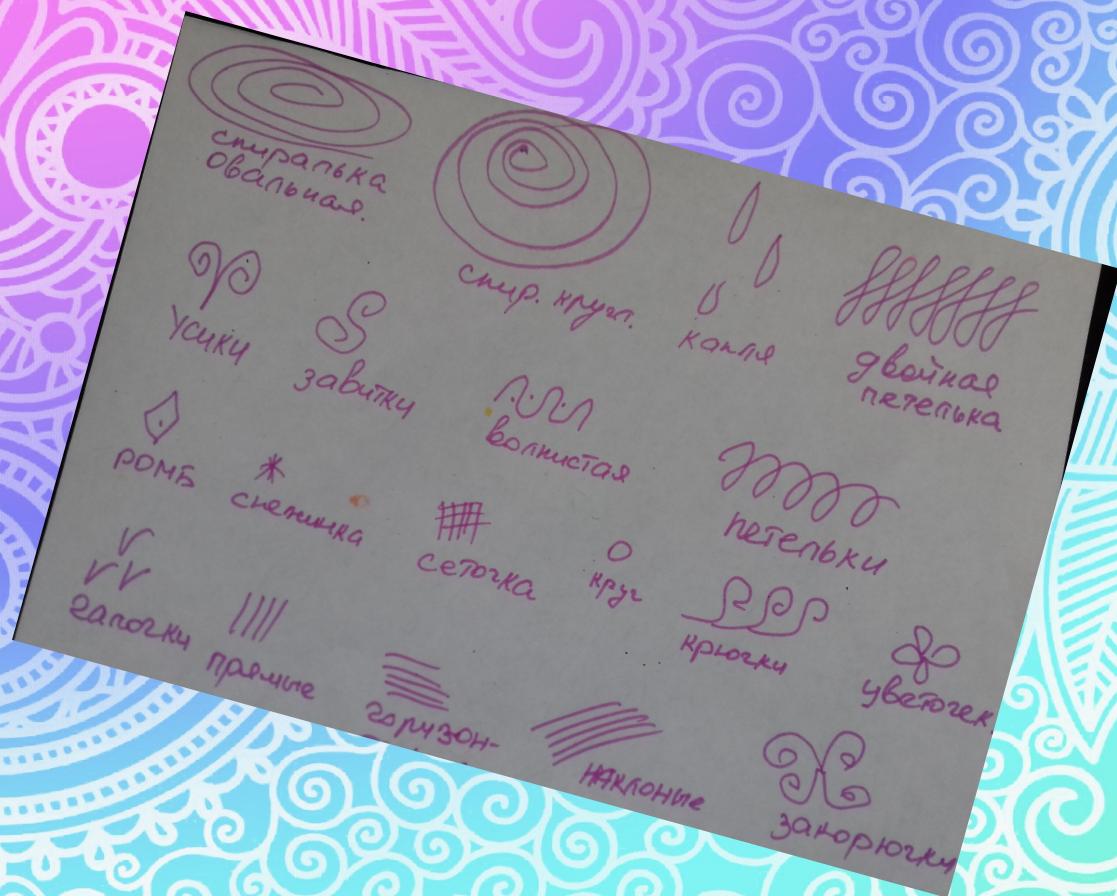
Эти техники подходят как для гиперактивных так и для замкнутых детей. А так же способствуют развитию фантазии, творческих способностей, развитию мелкой моторики. И как оказалось при углубленном изучении улучшают способность ориентации на листе и глазомер. При совмещении этих техник получается **ЗЕНДУДЛИНГ** -техника арт терапевтического рисования.

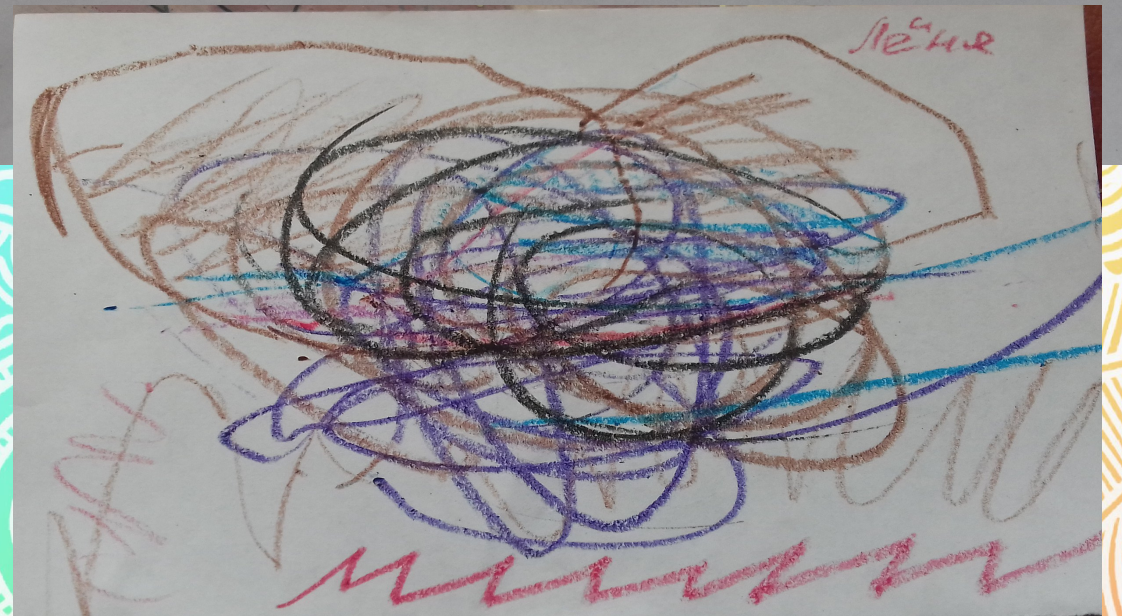
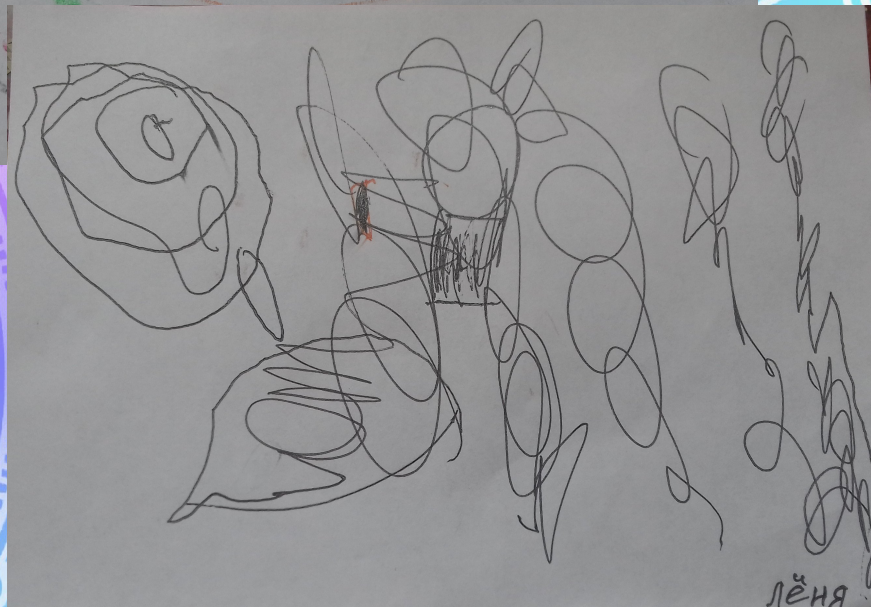
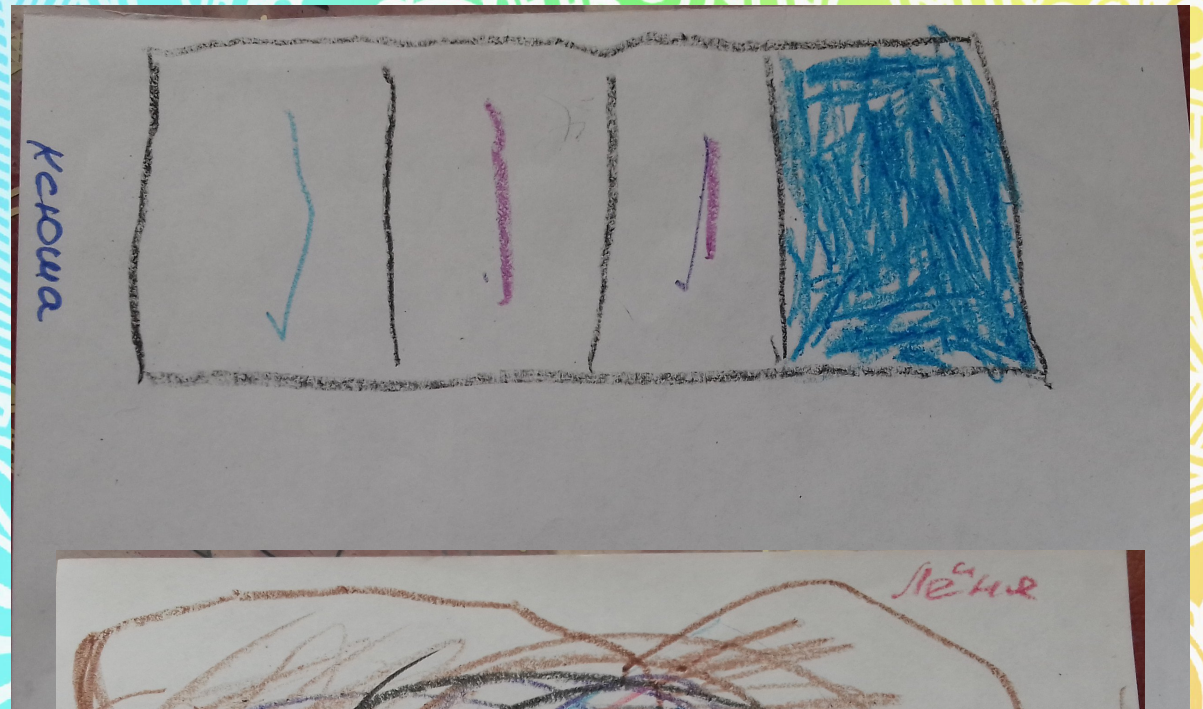
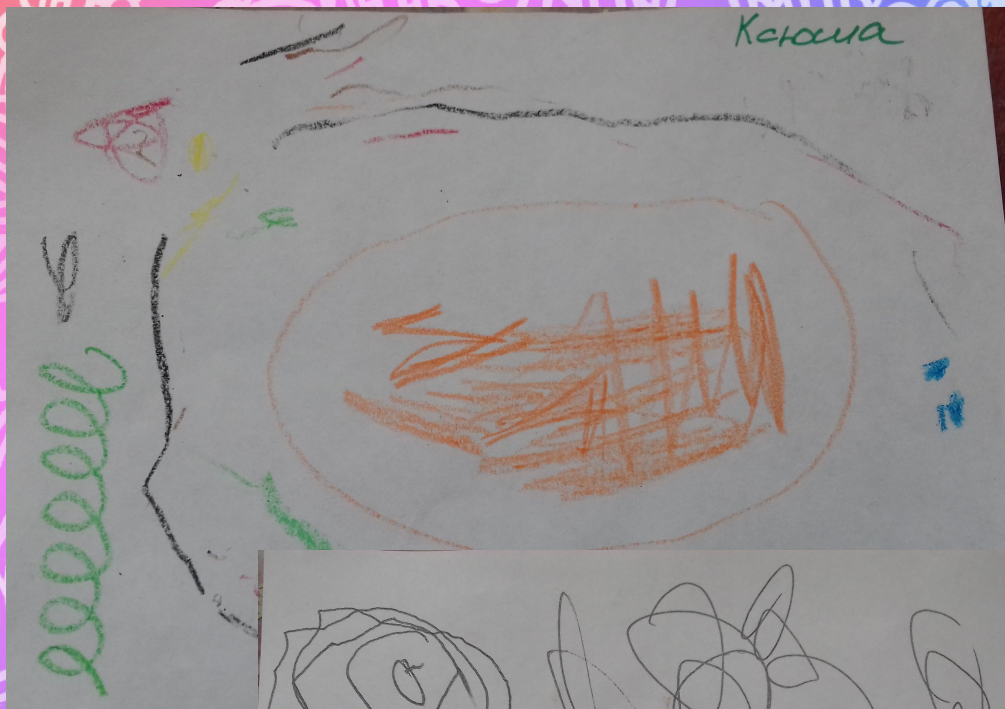
Признайтесь вы и сами не раз себя ловили мысленно за странным занятием, рисованием необычных иероглифов, значков, палочек в свободном уголке листа.



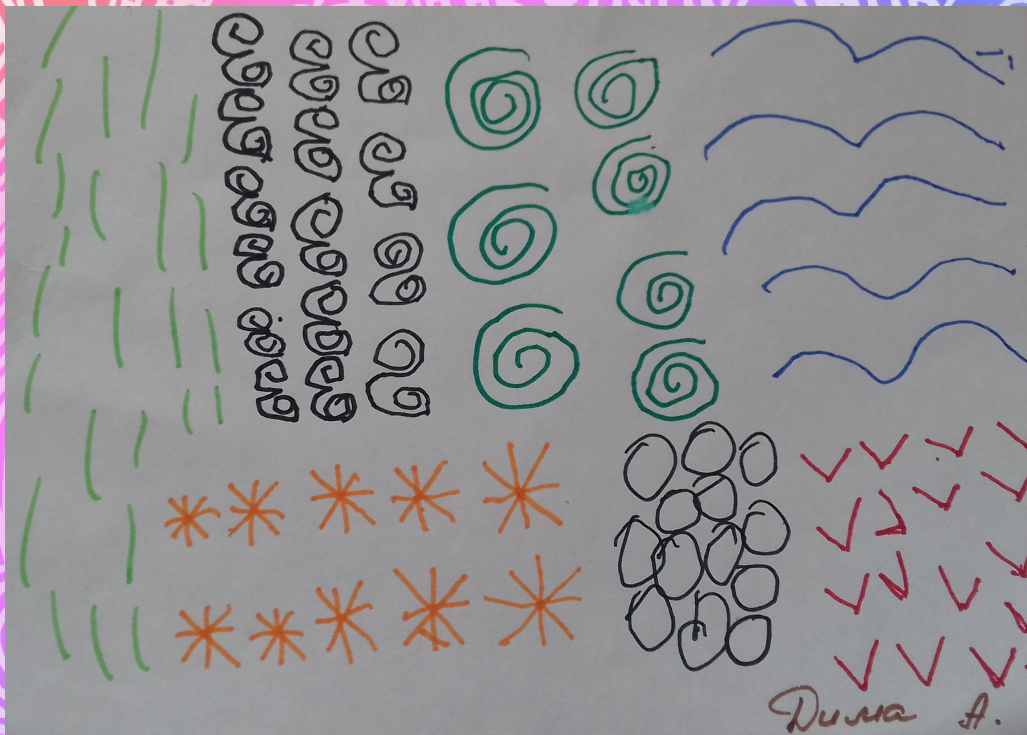
Это так ваш мозг отзывается на переутомление и усталость. Пытаясь отвлечься или наоборот сосредоточится на чем то одном, отбрасывая ненужную информацию в сторону.

Эти техники я применяла на занятиях в кружке. Все происходило в игровой форме. К нам в гости приходили друзья: всевозможные палочки, кружочки, закорючки, звездочки, капельки, часто дети сами придумывали те или иные значки. Их можно было взять из интернета или нарисовать самим.





Я заметила, что некоторым ребятам дается сложно эта техника, не хватало фантазии и воображения.



Но уже на следующих занятиях их работы заметно изменились, что говорило о развитии творческих способностей.



Дальше мы попробовали поработать применяя технику зентангл, где ребятам уже давались фигуры для заполнения.



Когда мы совместили две техники дудланг и зентангл, то с удовлетворением отметила для себя, что техники работают. По рисункам было видно что те дети, которые просто сидели на первом занятии сейчас с увлечением выводят фантазийные картины, предлагая мне свои версии изображений, что говорило о сдвигах в их творческом развитии.

Так же я поняла что знания техник можно применять в разной деятельности, например работая в мастерской Деда Мороза некоторые ребята пользовались новыми техниками.



Потом я предложила детям раскраски дудлинг и зентангл. Сейчас это принято называть раскраски-антистресс.



По красочным иллюстрациям можно было судить об изменении эмоциональный фона детей, их раскрепощении в мире творчества.

Помните, что самое главное правило в техниках дудлинг, зендудлинг и зентангл — полный полёт фантазии и свобода творчества! Главная задача — получить удовольствие.



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**