

Эстетикотерапия как фактор сохранения психосоматического здоровья младших школьников

С 2013 года в МАОУ СОШ № 48 реализуется авторская технология «Эстетико-педагогические условия развития творческого мышления младших школьников». Инновационность работы состоит в соединении педагогических условий с эстетическими, направленными на развитие творческого мышления с учетом воздействия эстетических качеств среды на физиологическом, психологическом, интеллектуальном уровнях ребенка, и формировании на этой основе эстетико-педагогических условий.

Эстетико-педагогические условия, включают четыре группы:

1. Учебно-дизайнерские условия.
2. Социально-эмоциональные условия.
3. Эвристико-дидактические условия.
4. Индивидуально-творческие условия.

Внедрение в образовательный процесс данных условий оказало положительное воздействие не только на развитие творческого мышления, но и значительно изменило в лучшую сторону психосоматическое здоровье младших школьников. Снизился уровень тревожности; сократилось количество заболеваний органов зрения, слуха, костно-мышечной системы; стабилизировалось комфортное эмоциональное и психическое состояние каждого отдельного ребенка в течение всего образовательного процесса.

Таким образом, родился дочерний проект «Эстетикотерапия» как фактор сохранения психосоматического здоровья младших школьников». Проект стал победителем городского конкурса «Инновации в образовании – 2011», а школа – инновационной площадкой по реализации данного проекта.

Эстетикотерапия в образовательном процессе представляет собой единство трех основных структурных блоков: художественная терапия, музыкальная терапия и театральная терапия. Каждая из структурных единиц наполнена рядом форм и методов работы, оказывающих терапевтический эффект на психику и физиологию младшего школьника.

Художественная терапия включает следующие формы и методы работы: цветовой диагностический тест Люшера совмещенный с методикой Баллоу по определению типа восприятия цвета; диагностические методики «Волшебные кляксы», «Что бы это значило?», «Дорисуй картину» и пр.; творческие художественные работы; синестетическая художественно-музыкальная деятельность; оформительская и дизайнерская деятельность в классе; экскурсионная работа; цветовая зрительная гимнастика. Оформительская и дизайнерская деятельность подразумевает цветовую и формообразующую организацию образовательного пространства совместно с детьми: сезонное оформление класса, дизайнерское оформление парт, декорации и костюмы к

театрализованным выступлениям и пр. Экскурсионная работа включает, как посещение музеев, выставок, театров, так и выходы на природу, дни здоровья на природе. Цветовая зрительная гимнастика проводится на основе компьютерного проигрывателя Медиа Плеер.

Музыкальная терапия: пение караоке; музыкальное начало и окончание уроков; танцевальные физпаузы; хоровое пение; танцы на переменах; музыкальное сопровождение самостоятельных работ; музыкальные релаксационные упражнения; ритмизированные упражнения. Пение песен караоке в букварный период значительно упрощает процесс обучения грамоте: развитие фонематического слуха, повышение техники чтения. Каждый урок начинается и заканчивается под музыку, что решило дисциплинарные проблемы. Физпаузы из стандартных наклонов и поворотов превратились в танцевальные паузы. Хором поем не только песни, но и слоги, правила и т.д. На переменах звучит танцевальная музыка, особенно по субботам. Музыкальное сопровождение самостоятельных работ повышает качество их выполнения и уровень самодисциплины. Музыкальные релаксационные упражнения снимают утомление и излишнее напряжение на уроках. Ритмизированные упражнения ритмизируют и деятельность вегетативной системы ребенка. К музыкальной терапии довольно быстро подключаются дети, как организаторы деятельности: приносят музыкальные инструменты в школу, играют на них для одноклассников и т.д.

Театральная терапия: пальчиковые игры; пластическое и мимическое фантазирование; радиотеатр; кукольный театр; театрализованные представления. Пальчиковые игры и пластическое фантазирование решают проблемы гиподинамии, развивают тактильные ощущения, мелкую мускулатуру. Театрализованные представления способствуют раскрепощению, расслаблению, успешной самореализации и социализации учащихся, снимают стрессовые ситуации, активизируют, тонизируют, способствуют сохранению позитивного настроения. В течение учебного года с детьми удастся поставить более 20 различного рода театрализованных представлений.

Эффективность данной методики подтверждается следующими промежуточными результатами: снижение уровня тревожности; комфортное психическое самочувствие первоклассников по результатам наблюдений, отзывам родителей; отсутствие признаков утомления и переутомления; высокая мотивация на посещение школы, желание учиться; низкий, по сравнению с прошлыми годами, показатель пропусков уроков по болезни.

Таким образом, эстетико-педагогические условия эффективно развивают творческий потенциал, а эстетика и творчество, в свою очередь, не только способствуют успешной социализации и самореализации ребенка, но и способны оказывать терапевтический эффект для сохранения психосоматического здоровья младшего школьника.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575815

Владелец Резникова Валерия Олеговна

Действителен с 22.06.2022 по 22.06.2023