

РИСУЕМ НОГАМИ

Дети любят рисовать. Они радуются, когда это у них получается хорошо, и огорчаются, если рисунок не удался. Первые неудачи вызывают разочарование, формируют неуверенность в себе.

Основной мотив, побуждающий детей старшего дошкольного возраста к творчеству, - стремление сделать по-своему, чтобы получилось так, как ни у кого другого. Реализовать это стремление помогают нетрадиционные техники



рисования. На таких занятиях отсутствует слово «нельзя»: дети рисуют как хотят и чем хотят.

Особый интерес у дошкольников вызывает рисование ногами. Данная техника дает ощущение свободы, формирует положительный эмоциональный настрой на занятии.

Вдобавок, рисование ногами – отличная профилактика плоскостопия. Растущая несформированная стопа ребенка требует внимания. А начинать работу по профилактике плоскостопия необходимо как можно раньше. В частности, **рисование ногами не обязательно проводить как отдельное занятие, его можно использовать в качестве физкультминуток.**

Дети, рисуя ногами, научатся видеть и представлять образы, воссоздавать их, свободно выражать мысли, эмоции, ощущения. При касаясь к краске, они узнают её свойства – густоту, твердость, вязкость.

Занятия с элементами стопотерапии (рисования ногами) помогут снять накопившееся эмоциональное и физическое напряжение. Эта техника активизирует чувствительные точки ступней. Таким образом, рисование ногами – эффективный способ укрепления как физического, так и психического здоровья дошкольников.

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ЗАНЯТИЕ ПО РИСОВАНИЮ НОГАМИ

Помещение должно быть светлым и теплым, поскольку дети занимаются босиком. Очень хорошо заниматься таким рисованием летом на свежем воздухе. **Занятие начинается с гимнастики для ног или массажа.** Это может быть ходьба по дорожке здоровья (гимнастическая дорожка с различными поверхностями). Или бег по влажной поверхности, массаж стопы с помощью рук или массажных принадлежностей (массажных роликов, мячиков, шишек и т.д.), упражнение для ступней ног.

После разминки следует приступать непосредственно к рисованию. Например, выполнить упражнение «Художник». Для этого ребенок, сидя на стуле и держа спину ровно, одной ногой прижимает лист бумаги, а другой, зажав пальцами фломастер, рисует заданную фигуру. После создания трех элементов меняет ногу. Данное упражнение рекомендуется не только при подозрении на плоскостопие, но и для общего развития и тренировки стоп.

Рисование ногами не должно превышать 10 – 15 минут. Воспитатель рисует вместе с детьми и комментирует все, что он делает. Это помогает дошкольникам контролировать и координировать свои действия.

После рисования нужно сбросить напряжение в ногах и во всем теле. Для этого можно дружно всем попрыгать. Если использовались краски, воспитанникам предлагают походить по бумажной дорожке, влажной теплой поверхности или вымыть ноги в тазиках с теплой водой. Это позволит не только смыть остатки краски со стопы, но и разгрузить ноги.

Затем воспитатель обсуждает с детьми прошедшее занятие. Важно пообщаться с каждым ребенком: попросить рассказать об ощущениях, возникших при подготовке и в процессе рисования, поделиться впечатлениями от полученного результата.

Дошкольники могут дополнить рисунки разными элементами с помощью



традиционных техник рисования, лепки, аппликации. Например, дети оставили на листе бумаги отпечаток стопы красной краской. Педагог предлагает им представить, кто это или что это: пингвин, осьминог, море... такие дополнительные задания способствуют развитию фантазии, творческого воображения. При этом важно предложить ребенку самому выбрать средство и метод для дополнения рисунка. Также можно рисовать ногами

на влажном песке.

Желаю вам творческих успехов!!!!!!

Подготовила: педагог ДО по ИЗО
А.А.Степанова.

