**Конспект занятия по арт-терапии для людей старшего возраста.**

**Тема:** Радуга настроения.

**Цель:** способствовать развитию мелкой моторики, внимания и воображения, используя пальчиковую технику.

**Задачи:**

* знакомство с новой техникой рисования;
* развивать творческие способности у людей старшего возраста;
* развивать мелкую моторику.

**Техника**: пальчиковая (рисование пальцем)

**Материалы к занятию:** бумага формата А4, гуашь, краски.

**Структура занятия:**

разминка — 3 минут.

практическая часть — 35-40 минут.

рефлекция — 7 минут.

**Ход занятия:**

1. Разминка (упражнение для пальцев рук):

Положите руку ладонью вниз на ровную поверхность. Мягко распрямите пальцы, положив их на поверхность, не форсируя и не напрягая суставы. Держите 30 секунд, потом расслабьтесь, возвращаясь в исходное положение. Повторите минимум 4 раза для каждой руки.

2. Практическая часть:

Самое распространенное и простое занятие по арт-терапевтической методике - пальчиковая. Это упражнение стимулирует развитие мелкой моторики рук, креативности, снимает стресс. Используют краски или гуашь.

На занятии каждый участник самостоятельно решает, что рисовать на заданную тему: «Радуга настроение», используя пальцы рук. В начале работы можно совместно проговорить и обсудить варианты рисунков. В процессе рисования можно вести непринужденную беседу, так как основной целью программы остается восполнение дефицита общения пожилых граждан и их социализация в обществе.

3. Рефлекция:

Занятие заканчивается разбором и анализом полученных эмоций и впечатлений, установкой на позитивное настроение и пожеланиями скорой новой встречи.