**Что такое правополушарное рисование?**

Данный метод в корне отличается от стандартного обучения. При таком рисовании мы не следуем логике и знаниям, а рисуем эмоциями, чувствами, интуицией и фантазией, при этом получая настоящее удовольствие. В правополушарном рисовании нет правил, что рисовать и как. Рисуй, как можешь и что хочешь. Рисовать должно быть легко и должно заряжать позитивом.

Благодаря правополушарному рисованию вы сможете:

* проявить индивидуальность;
* самореализовать свои творческие способности;
* самовыражаться через рисунок;
* получить удовольствие от процесса, улучшить настроение, зарядиться позитивом;
* бороться со стрессами, накопившимися проблемами, душевными переживаниями;
* поверить в свой успех, свои силы и возможности, стерев мнение о себе «я не способен, не могу»;
* —избавиться от комплексов; достичь гармонии внутреннего состояния.

Из этого следует, что метод правополушарного рисования не только развивает творческие способности, доступен абсолютно всем, но и помогает в жизненных ситуациях, как психотерапия.

Лауреат Нобелевской премии Роджер Сперри считал, что полушария головного мозга имеют «функциональную специализацию». Левое отвечает за математические вычисления, логику. У большинства взрослых оно доминирует, так как в обществе принято полагаться на разум, а не на чувства. Правое полушарие — образное, творческое, отвечает за восприятие цвета, сопоставление размеров и перспективы предметов.

Теория доктора Сперри легла в основу метода правополушарного рисования, который в конце 1970-х годов разработала преподавательница искусства, доктор наук Бетти Эдвардс. Работу левого полушария она назвала «Л-режимом», а правого — «П-режимом».

**Как работает методика правополушарного рисования**

Мышление детей нешаблонно, потому что их знания и опыт невелики. Левое полушарие мозга пока что не доминирует — нет привычки «думать рационально».

А теперь представьте, что вам нужно нарисовать дом. Как только вы об этом подумаете, левое полушарие тут же превратит дом в квадрат (здание), треугольник (крыша) и цилиндр (труба). В результате вместо цельного образа на листе получится набор геометрических фигур, из которых состоит жилище. Но если включить правое полушарие, рисунок выйдет более детальным и живым.

***Отсутствие анализа позволяет расслабиться и наслаждаться процессом правополушарного рисования. Главное — преодолеть страх «нарисовать непохоже»***

**Как научиться рисовать правым полушарием мозга**

Правополушарное рисование сейчас популярно: проводятся тренинги и мастер-классы, существуют даже специальные творческие центры, обучающие этой методике. Но первые шаги можно делать и самостоятельно. Запустить «П-режим» помогут следующие простые упражнения правостороннего рисования.

**Оптическая иллюзия**

Распечатайте и разрежьте изображение пополам. Правшам нужно взять левую часть, а левшам — правую. Положите картинку на чистый лист бумаги и попробуйте продолжить очертания профиля. При этом мысленно или вслух проговаривайте названия частей лица: лоб, нос, губы, подбородок.  Если вы нарисовали профиль, не обращая внимания на симметрию, возобладала логика. Попробуйте ещё раз. Когда получится абстрагироваться от слов и нарисовать просто линии, значит, включилось правое полушарие.

**Вверх ногами**

Выберите любой рисунок, где есть только контуры, как в детской раскраске. Переверните изображение и перерисуйте его вверх ногами последовательно — линию за линией. Отнестись к рисованию правым полушарием, как к собиранию пазла. Старайтесь копировать линии, как есть. Не стоит сначала переносить общий контур, а потом прорисовывать мелкие детали. Для удобства можно прикрыть часть изображения рукой или другим листом бумаги. Постепенно придёт осознание, что каждая линия — это лишь часть единой картины, и правополушарное рисование начнёт получаться.

**Видоискатель**

Возьмите рамку с прозрачным пластиком или стеклом. Это будет ваш «видоискатель». Нацельтесь им на какой-нибудь объект, например, свою ладонь. Примите удобную позу, чтобы рука под «видоискателем» не тряслась. Перманентным маркером, прямо по стеклу, обведите контур и все линии ладони.Затем перенесите изображения со стекла на бумагу — строго по линиям, как в предыдущем упражнении техники правополушарного рисования.

## Секрет и техника правополушарного рисования

Даже ребенок может справиться с техникой правополушарного рисования. Так в чем же ее секрет?

А все дело в…

* Правильном порядке прорисовки слоев, цветовых пятен и бликов.
* Отсутствие четких границ, если дело не касается прорисовки контуров.

Как правило, техника правополушарного рисования заключается в следующем:

1. Прорисовка фона – от самых светлых участков к самым темным. Для этого берется широкая плоская кисть и ее мазки повторяют траекторию рассеивания лучей света на всем фоне. Например, по кругу для придания дополнительного объема изображению.

2. Объекты прорисовываются постепенно цветовыми пятнами от светлого к темному. Последним слоем идут световые блики.

3. Использование разных кистей  и разных способов нанесения мазков.

## Мастер-класс для воспитателей и детей подготовительных групп в технике правополушарного рисования.

## Натюрморт « Одуванчики»

## Материалы:

## Гуашь

## Кисти щетиновые разного размера

## Банка с водой

## Салфетка

## Плотная бумага

## Палитра

## Круги разного размера из картона (на каждого человека)

## Ход работы:

## По листу бумаги ставим точки большой щетиновой кистью - снизу темного синего цвета , далее розового , желтого. Все цвета, при помощи белого цвета, смешиваем , направляя мазки с краской дугой из одного угла к другому, начинаем смешивать сверху, предполагая, что там солнышко.

## Работаем почти сухой кистью, вытирая ее о салфетку.

## Фон готов.

## Рисуем стебли одуванчиков красным цветом , я нарисовала 3 стебля.

## Возьму 3 круга разного размера, обведу красным цветом вокруг штрихами.

## Ближе к нам крупный круг , дальше –меньше, и совсем маленький.

## Возьму кисть среднюю и вокруг красный цветом рисую штрихи , кистью работаю по кругу «навылет», рисуя лепестки одуванчика.

## Нарисую черным цветом головку одуванчика в середине круга и листочки вокруг головки, черным же цветом нанесу штрихи снизу цветка - теневая часть.

## Добавлю по кругу желтых лепестков, вверху - белых .

## Тонкой кистью нарисую пушинки черного цвета и красного, пусть немного подсохнет краска, а мы займемся банкой ,в которую «поставим» одуванчики.

## Берем среднего размера кисть, набираем белую краску, вокруг стеблей рисуем горло и стенки банки, по краю банки рисуем блики, с другой стороны оставляем темную сторону.

## К цветам добавляем листья, тонкой кистью добавляем свет - белой краской и тень - черной краской.

## Сухой кистью среднего размера и белой краской , добавляем вокруг цветов пушок, при этом кисть держим прямо и работаем как тычком.

## Натюрморт готов и он очень живописен !

## Используемая литература:

## Источник: <https://bestlavka.ru/art-terapiya-risovaniem-chto-takoe-pravopolusharnoe-risovanie/>

© <https://www.livemaster.ru/topic/3190640-blog-pravopolusharnoe-intuitivnoe-risovanie>

Начало формы