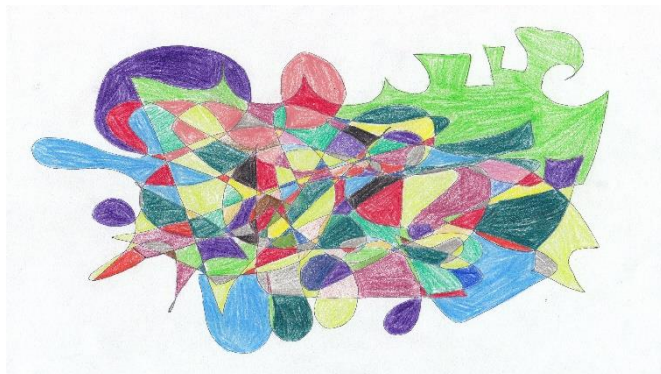


## POMOČ Z UMETNOSTJO

### Risanje fraktalne risbe



Metoda fraktalne risbe je nova oblika terapije oziroma pomoči z umetnostjo. Terapevtsko metodo je postavila Tanzilija Polujahtova, klinična in družinska psihologinja.

### Uporaba Metode fraktalne risbe pri otrocih

Risanje raznovrstnih oblik in barvanje vplivata na razvoj možganov in vzpostavitev čustvene stabilnosti. Otroci od četrtega leta naprej lahko s pomočjo staršev ali sami izdelajo fraktalne risbe, pri čemer se naloge prilagodijo starosti in risarskim sposobnostim otroka.



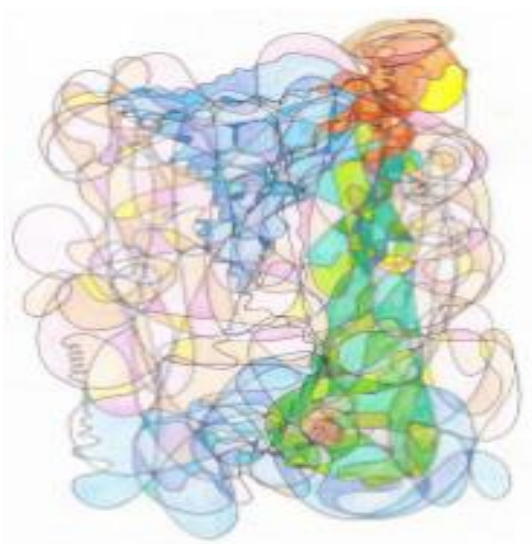
Izdelava cikla fraktalnih risb je lahko za predšolske otroke odlična priprava na osnovno šolo. V osnovnih šolah uporaba metode pripomore k razvoju otrokovih možganov:

- izboljšanju spomina,
- pozornosti,
- koncentracije,
- grafomotorike,
- vztrajnosti,
- motivacije,
- sposobnosti reševanja kompleksnih nalog.



Z risanjem linij in barvanjem se v otrocih krepijo tudi

- samozavest,
- čustvena stabilnost,
- občutek lastne vrednosti,
- inovativnost.



### Postopek risanja fraktalov:

Eno minuto naj nas roka sama vodi po podlagi, ne razmišljajmo preveč, vse kar naredimo je prav. Ni pravilnih ali napačnih risb.

- Skušajmo zapolniti približno 2/3 lista.
- Med risanjem ne dvigujte roke. Rišete brez prekinitve **do 1 minute, otroci 30 sekund.**

- Rišite s srednjo hitrostjo (ne prehitro in ne prepočasi).
- Z risanjem lepo popolnite papir, poskušajte ga narisati na sredino lista.
- Izvajajte različne linije: valovite in ravne, kratke, srednje in dolge.
- Na koncu konec in začetek črte priključite k ostalim črtam, da bo zaključena linija.



## Barvanje fraktalov

- Barve izbiramo z zaprtimi očmi, barvamo pa z odprtimi očmi.
- Dobro je, da uporabimo čim več barvic.
- Z izvlečeno barvico pobarvamo najmanj 3 in največ 10 polj (če nam barva ni všeč, z njo pobarvamo vsaj tri polja).
- Z isto barvo ne barvamo polj, ki ležijo skupaj.
- Z enako barvo barvamo čimbolj enakomerno razporejeno po vseh

delih mreže (lista).

- Torej isto barvo enakomerno razporedimo po mreži (malo levo, desno, zgoraj, spodaj, po sredini) in pazimo, da z njo ne pobarvamo sosednjih polj.
- Sosednjih polj ne barvamo niti z enakimi odtenki.
- Če ponovno izvlečemo isto barvico, je ne vrnemo v škatlo ampak z njo pobarvamo nova polja po istih pravilih (od 3 do 10 polj).

**Opisana metoda je lahko tudi družinska aktivnost, kjer lahko vsak član nariše svojo fraktalno sliko.**

**Poskusite, morda vas čarobnost barv in linij osvojita!**

**Ogled videoposnetka z navodili za risanje fraktal:**



**VIR:**

[www.fraktalnost.si](http://www.fraktalnost.si) (pridobljeno dne, 19. 4. 2020)