

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Занимательные каракули»**

Новизна программы заключается в том, что в её основе лежат современные графические техники «Дудлинг» «Зентангл» и «Зендудлинг». Потрясающая фишка данных медитативных техник рисования - это их универсальность и доступность для всех. Для них не нужны особые знания и умения. И уж тем более художественное образование. Главная цель рисования в данных техниках - это познание себя и своих возможностей через творчество, способ расслабления и «отключения» от внешнего мира, раскрытие творческого потенциала, усиление креативного мышления. «Дудлинг», «Зентангл» и «Зендудлинг» являются отличным помощником в борьбе с хандрой и стрессом и дают возможность изменить взгляд на жизнь и окружающий мир.

В основе программы лежат современные графические техники «Дудлинг», «Зентангл» и «Зендудлинг» — эти техники объединяют в себе рисование и медитацию. Они элементарны в освоении, не требуют много времени или особых инструментов и прекрасно подойдут детям с разной степенью подготовленности и склонности к творчеству. Эти техники позволяют создать ситуацию успеха, увлечь ребенка на выполнение творческой работы качественно и с удовольствием, в перспективе самостоятельно организовывать творческий процесс.