

Под редакцией:

Н.К. Прониной – начальника Управления по социальной поддержке ветеранов и инвалидов Министерства социальной политики Нижегородской области

Составители:

А.Е. Торхов – начальник Отдела социального обслуживания ветеранов и военнослужащих Министерства Социальной политики Нижегородской области

Л.А. Решетова – главный специалист Отдела социального обслуживания ветеранов и военнослужащих Министерства Социальной политики Нижегородской области

З.С. Папко - директор Государственного бюджетного учреждения «Областной комплексный центр социального обслуживания населения»

М.Е. Степанова – методист, психолог отделения социально-консультативного обслуживания Государственного бюджетного учреждения «Областной комплексный центр социального обслуживания населения»

Изобразительное творчество является одним из методов комплексной социально психологической поддержки различных категорий граждан, в том числе инвалидов и пожилых людей. В данном методическом пособии рассматривается одно из направлений изобразительного творчества – лепка из солёного теста.

Представленные в данном пособии техники, приемы создания изделий из солёного теста способствуют укреплению мелкой моторики рук, развитию воображения, реализации своей фантазии и раскрытию творческого потенциала граждан пожилого возраста и инвалидов.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1. История возникновения техники солёного теста.....	5
2. Основные приёмы лепки из солёного теста.....	7
3. Основные этапы работы с солёным тестом.....	8
3.1. Подготовительный этап.....	8
3.2. Основной этап.....	11
3.3. Заключительный этап.....	14
4. Программа групповых занятий по лепке из солёного теста с фотопримерами	16
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	22
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	23

ВВЕДЕНИЕ

В Государственном бюджетном учреждении «Областной комплексный центр социального обслуживания населения», в рамках социально-психологической поддержки граждан пожилого возраста и инвалидов, проводятся занятия по изобразительному творчеству, которые включают в себя рисование, лепку, оригами и другие виды художественной деятельности. Наибольший интерес у пожилых людей вызывает лепка.

Сегодня искусству лепки уделяют пристальное внимание как профессионалы, так и начинающие любители, используя в качестве исходного материала песок, глину, снег, пластилин, воск, хлеб и другое. Наиболее используемым материалом для лепки становится *солёное тесто*.

В последние годы, соленое тесто стало популярным материалом, поскольку оно очень эластично, с ним легко работать. Настенные украшения, забавные игрушки, детские игры, сувениры и сюрпризы - все это можно сделать из соленого теста. Изделия из него легкие, прочные, долговечные и дешевые, а работа с соленым тестом доставляет удовольствие и радость.

В данном методическом пособии представлены техники, приемы создания изделий из солёного теста, которые способствуют укреплению мелкой моторики рук, развитию воображения, реализации своей фантазии и раскрытию творческого потенциала граждан пожилого возраста и инвалидов. Изделия из солёного теста, сделанные своими руками вызывают положительные эмоции и поднимают настроение.

1. История возникновения техники солёного теста

Когда-то давным-давно, в седую старину, люди начали лепить хлебные лепешки из муки и воды и обжигать их на раскаленных камнях. Потом, в Вавилоне, появились печи для хлеба, и на смену хлебным лепешкам пришли первые караваи. Приблизительно 5 тысяч лет назад древние египтяне знали уже много рецептов теста и выпекали уже около тридцати различных сортов хлеба. Древние инки лепили из теста фигуры людей, животных и затем приносили их в жертву, а древние египтяне, греки и римляне преклонялись перед ними, как перед божествами. Начиная с XVII века, в Китае, из теста делали марионетки. Так из теста стали выпекать не только хлеб, но и декоративные изделия, а также религиозные фигурки из народных сказаний.

В Германии и Скандинавии издавна было принято изготавливать пасхальные и рождественские сувениры из соленого теста. Различные медальоны, венки, кольца и подковы вывешивались в проеме окон или крепились к дверям. Считалось, что эти украшения приносят хозяевам дома, который они украшают, удачу и благоденствие.

В России на Рождество в Вологодской, Архангельской и других северных губерниях пекли из пшеничного теста «коровок», «бычков», «петушков», «свинок», «козочек» в знак того, чтобы на дворе было побольше «животинки». Эти печенья дарили родным, соседям, украшали окна. Чтобы сохранить изделия от насекомых и поедания их мышами, в тесто добавляли большое количество соли - так возникло соленое тесто на Руси.

В праздники в северных русских деревнях, даря произведения из соленого теста, говорили: **«Дарю вам мукосол, чтобы были хлеб да соль, чтобы было в доме изобилие».**

Мукосол - это не только забавные фигурки из соленого теста на холсте или в самостоятельной композиции, это обереги наших домов еще с дохристианских времен. Считалась, что любая такая поделка, находящаяся в доме - символ богатства, благополучия и достатка в семье.

Мукосол - старинный архангельский промысел, которому как минимум четыре сотни лет. Он, то угасал, то возрождался в новых традициях. Иногда его называют тестопластикой, архангельской керамикой или биокерамикой, поскольку все фигурки изготавливаются из натуральных материалов. Со временем фигурки из соленого теста стали раскрашивать и даже покрывать лаком, а много лет назад они были практически съедобными. Жены давали фигурки из соленого теста своим мужьям, отправлявшимся рыбачить. Эти забавные игрушки согревали душу морякам, да и спасали не раз от голода. Бывали неудачные походы, когда кончалась еда, и тогда на помощь приходили фигурки из соленого теста.

Во время Первой и Второй мировых войн искусство изготовления соленого теста было утеряно, поскольку не хватало материала, да и сами произведения довоенных лет практически не сохранились. В наше время эта древняя традиция начала возрождаться. В последние двадцать лет оно вызывает все больший интерес, с каждым годом расширяя круг своих поклонников.

Хотя поделки из теста - древняя традиция, им находится место и в современном мире, потому что сейчас ценится все экологически чистое и сделанное своими руками, а картины из соленого теста являются оригинальным способом выделить наши штампованные малогабаритные квартиры из массы аналогичных апартаментов и оживить свой дом неповторимым русским стилем.

2. Основные приёмы лепки из солёного теста

Существует несколько **основных приемов** лепки. В основе изготовления практически всех элементов лежат «шарик» и «колбаска».

Например, *для изготовления листьев* необходимо раскатать «колбаску», разрезать ее на одинаковые части-цилиндры, которые затем следует скатать в шарик. Шарик нужно расплющить в лепешку и большим и указательным пальцами сформировать лист. Прожилки можно прорисовать с помощью зубочистки или стека.

Изящные розочки можно изготовить из тонко раскатанной ленты, аккуратно накрученной на зубочистку. При этом формируется нужный размер и форма цветка.

При изготовлении фигурок людей основой служит колбаска, которой нужно придать конусообразную форму. Для лепки головы используют шарик из теста необходимого размера. Более сложные плоскостные элементы или фигурки лучше вырезать из раскатанного теста по заранее изготовленному шаблону.

3. Основные этапы работы с солёным тестом

3.1. Подготовительный этап

3.1.1. Организация рабочего места

Чтобы занятия по изобразительному творчеству проходили более эффективно, нужно грамотно организовать рабочее место. Для этого вам понадобятся: стол, стул, клеёнка, пластиковая глянцевая подставка формата А3 или доски для лепки из пластилина, любая ёмкость для воды.

Для процесса создания изделий из солёного теста нужны следующие материалы: солёное тесто (мука, соль, вода), стеки, различные формочки и рельефные предметы, гуашь, бесцветный лак. Помещение должно быть светлым и хорошо проветриваемым.

3.1.2. Замес различных составов солёного теста

Для замеса солёного теста лучше всего подходят недорогие сорта муки, без добавок, эмульгаторов и рыхлителей. Для приготовления солёного теста подходит пшеничная мука. В тесте из ржаной муки образуется больше пор, его труднее сушить, и в лепке оно более твёрдое. Вода, должна быть комнатной температуры или холодная. Ни в коем случае нельзя использовать горячую воду.

Для повышения эластичности и прочности теста можно добавить 1-2 чайные ложки сухого обойного клея, разведённого в небольшом количестве воды или перемешанного с мукой и солью до того, как добавить воду. Используют и клей ПВА, разбавив его водой. Он задерживает разжижение теста, придает прочность поделкам в готовом виде, соль не выступает на поверхности изделий, тем самым не съедает лак, тесто хранится (в холодильнике) достаточно долго, не изменяя качества. Подходит и подсолнечное масло (1 столовая ложка), которое также повышает эластичность теста, и при этом не делает его жирным.

Тесто ни в коем случае нельзя замешивать на глазок, так как излишнее количество соли придает изделиям хрупкость, а при излишнем количестве муки поделки плохо держат форму. Оказывается, так важно замесить нужный состав теста, а когда оно замешано правильно, с ним работать одно удовольствие.

Основной рецепт теста (на 5 маленьких фигурок):

- 300 гр. муки (2 стакана)
- 300 гр. соли (1 стакан)
- 200 гр. воды (1 стакан)

Если теста не нужно много, можно все уменьшить вдвое.

Берётся чашка или глубокое блюдо, мука смешивается с солью, затем добавляется вода. Тесто необходимо вымесить очень хорошо, примерно минут десять. Если тесто жидковато, необходимо добавить муки и месить до тех пор, пока тесто будет эластичным, однородным, хорошо держащим форму, но при этом не ломким (похожим на пластилин). Затем его помещают в полиэтиленовый пакет и убирают в холодильник. Лепить из приготовленного теста лучше всего на следующий день, оно становится более упругим и гладким. Иногда при хранении теста в холодильнике, оно становится жидковатым, это можно исправить, добавив в это тесто муки. Изделия из старого теста при сушке могут деформироваться, появляются вздутия, цвет высушенных изделий серый. Поэтому нужно делать теста столько, сколько необходимо для ближайших работ, не давать ему залёживаться. Если такое случается, то лучше изготовить из такого теста рамочки для оформления.

Существует много различных составов соленого теста. Самое главное - найти такой состав, с помощью которого можно без труда изготавливать модели фигурок.

Соленое тесто для простых фигурок:

- 200 г соли
- 200 г муки
- 1 столовая ложка масла (подсолнечного)
- раствор киселя (из брикета) 125 мл

Нежное соленое тесто для филигранной работы:

- 200 г соли
- 200 г. муки
- 100 г крахмала
- 1 столовая ложка масла (подсолнечного)
- раствор киселя 150 мл

Твердое соленое тесто для круглых больших скульптурок:

- 400 г соли
- 200 г муки
- 1 столовая ложка масла (подсолнечного)
- раствор киселя - 110 мл

Готовность замешанного теста проверяется путем разрыва теста на мелкие части, при этом из теста не должны высыпаться крупинки соли.

При замесе, тесто можно изготавливать цветным, если вместо воды в тесто добавить раствор пищевого или анилинового красителя (вода+краска).

Чтобы добиться нужного оттенка, надо исходить из следующего расчёта:

- для голубого теста – 2 капли голубого красителя на 100 г. теста;
- для розового теста – 5 капель красного красителя на 100 г. теста;
- для жёлтого теста – 2 капли жёлтого красителя на 100г. теста;
- для зелёного теста – 2 капли зелёного красителя на 100 г. теста;
- для фиолетового теста – 3 капли красного и 1 капля голубого на 100 г.

теста.

Если тесто нужно окрасить в несколько цветов, то его делят на соответствующее количество частей, в каждую из которых добавляют нужный краситель.

Для придания тесту тёплого естественного оттенка используют какао-порошок. Перед добавлением в тесто его разводят в небольшом количестве тёплой воды.

Соленое тесто - доступный всем, дешевый и легкий в освоении материал, его можно хранить в холодильнике, а, значит, заготавливать впрок.

3.1.3. Подготовка инструментов для лепки

Основными инструментами для лепки из солёного теста могут быть всевозможные приспособления – маленький кухонный нож с острым концом, отточенный карандаш, ножницы, скульптурные стеки из дерева или пластмассы, гладкая бутылочка или скалка, формочки для выпечки, алюминиевая фольга, зубочистка, шариковый стержень, шпильки, расческа, несколько колпачков от фломастеров с фигурными краями, кисточки, рельефные пуговицы и многое другое.

Для придания поделкам из теста текстурной рельефности, можно использовать грубую ткань, например мешковину.

Работать необходимо чистыми руками, периодически смывать тесто с рук и насухо вытирать.

3.2. Основной этап

3.2.1. Изготовление поделок из солёного теста

Очень многие сложные на первый взгляд изделия состоят из простых элементов. Поэтому, прежде чем приступать к более сложным изделиям, нужно научиться создавать шарики, колбаски, лепешки, морковки, косточки и т. д. Поверхность теста на воздухе быстро сохнет, поэтому хранить на рабочем столе его нужно в мешке или плотно закрытой банке. Каждый раз

берите оттуда столько теста, сколько нужно вам, а излишки сразу же убирайте. Готовность теста к работе проверяется путем откатывания шарика, он должен быть гладкий без трещин. Если есть трещины, то их можно затереть с помощью воды или в тесто добавить клей и затем опять откатать шарик. Делать изделие нужно достаточно быстро, т. к. теплые руки также способствуют быстрому размягчению теста.

С помощью солёного теста можно создавать различные украшения для дома – это витражи на окна, необычные большие и маленькие рамочки для фотографий, рельефные картины, оригинальную бижутерию, подходящую как для маленьких девочек, так и для элегантных дам, причем эта коллекция будет эксклюзивной, потому что ни у кого больше такой не будет. Например, «Малахитовые», «Яшмовые», «Лазуритовые» украшения (бусы, браслеты, серьги), которые делаются просто и выглядят очень эффектно.

Рассмотрим подробнее пример изготовления *Витража «Галактика»*. Для этого потребуется: цветное соленое тесто (синее или зеленое), частая металлическая сетка, ножницы по металлу, цветные стеклышки, прозрачные бусины, бисер и стеклярус, проволока для бисера.

1. Вырезаем из металлической сетки квадрат 20х20 см.
2. Нанизываем бусины, бисер и стеклярус на проволоки длиной 1-3см. (кроме одинаковых по длине бисерных нитей можно сделать рогульки).
3. Раскатываем из теста длинную тонкую колбаску и укладываем ее спиралью на сетку. Если длины колбаски не хватает, ее можно надставить.
4. Вдавливаем спираль в сетку.
5. Сверху, на спираль, кладем еще одну колбаску и расплющиваем ее так, чтобы она полностью закрыла нижнюю спираль из теста (предварительно промазав клеем).
6. Затем в поверхность верхней спиральки вдавливаем бисеринки, после чего обжигаем в духовке.
7. Привязываем к нему веревочки и вешаем на окно.

Витражи можно сделать и на другие темы.

3.2.2. Соединение деталей

Соединять детали удобно с помощью кисточки и воды. Вода в данном случае играет роль клея. Нанесите кисточкой небольшое количество воды на поверхности соединяемых деталей и аккуратно прижмите их друг к другу, стараясь не смять. Если воды окажется слишком много, тесто может расползтись.

Все детали и украшения - бусинки, травинки, веточки, цветочки, бисеринки, семена растений и т.д. соединяются при помощи клея ПВА - это гарантия того, что в процессе сушки эти детали не выпадут из теста.

3.2.3. Использование различных инструментов для украшения изделий

На поверхности теста можно отпечатывать разные предметы, например, красивые рельефные пуговицы, раковины, торец пустого стержня от шариковой ручки или другую трубочку, иголку, отвертку и т.д.

Делать это надо сразу же после лепки, иначе тесто покроется корочкой, и вместо отпечатков получатся некрасивые проломы. Очень эффектно выглядят отпечатки фактурных тканей. Перед отпечатыванием, ткани и предметы слегка смочите растительным маслом, чтобы они не прилипали к тесту.

Создаются различные фактуры поверхностей с помощью иглы, пинцета, а для получения волокон, используется чесночница, ситечко. Колючки и перья вырезают с помощью ножниц, углубляя их в тесто под углом. В зависимости от свойств теста вырезают различные по высоте колючки и перья. Но так как они впоследствии легко могут сломаться, целесообразно оперение или колючки осторожно пригладить или прижать к туловищу фигурки с помощью сухой кисточки. Это придает им натуральный вид.

Для украшения изделий из соленого теста используется множество различных мелких элементов: цветочки, ленточки, ягодки, листочки, косички и так далее.

Все детали поделок необходимо приклеивать на клей ПВА, а не на хлебную кашицу, так как в процессе сушки в духовке тесто начинает слегка подниматься, а значит, выталкивать все предметы, украшения: бусинки, цветочки, листики и т. д., а клей хорошо фиксирует, в процессе эксплуатации детали не отваливаются.

3.2.4. Сушка изделий из солёного теста

Готовые работы выкладываются на тонкую газетную бумагу или на гляцевую пластиковую подставку. После просушивания изделие аккуратно снимается с пластиковой подставки, и газетная бумага удаляется, края зачищаются наждачной бумагой.

Сушить изделия лучше всего под воздействием температуры, в духовом шкафу, они становятся более прочные, чем при просушивании на воздухе. Воздушная сушка занимает много времени, неделю или более, зато поделки получаются более светлые. У окрашенного теста цвет не изменяется.

В зимнее время изделия сушатся 3-4 дня на листе картона и на батарее, а затем при самой низкой температуре в духовом шкафу. При этом заготовки покрываются молоком, разведенным с водой, в пропорции 1:1. После обжига и сушки изделия затвердевают и могут храниться долго.

3.3. Заключительный этап

3.3.1. Окрашивание изделий из солёного теста

Расписывать изделия можно масляными, акриловыми красками. Лучше всего подходят акварель или тушь. Тесто пропитывается и становится слегка прозрачным, приобретая свечение обработанной кости. Также для росписи изделий подходит гуашь, которая быстро сохнет. Работая гуашью, можно добиться такой же живописности, как и акварелью.

Лучше лепить уже из цветного теста, так как поделки получаются аккуратнее, а так же экономится время на раскрашивании.

3.3.2. Лакировка

После раскрашивания изделий из солёного теста можно приступать к их лакировке. Лак смотрится на изделиях очень привлекательно, он придаёт им особую звучность и зеркальный блеск, а также подчёркивает яркость красок.

Для лакировки используется акриловый лак. Он водорастворим, нетоксичен и сохнет 6-8 часов. Лаком покрывают изделие со всех сторон, чтобы защитить от влаги и придать прочность. Если блеск не желателен, используют матовый прозрачный лак. Если не защитить поделку лаком, через некоторое время, под воздействием влаги, красочный слой отслоится от теста, и внешний вид утратит былую красоту.

3.3.3. Оформление изделий

Технологических приемов оформления поделок из соленого теста много и для каждого изделия индивидуально. Поделки оригинально смотрятся в рамках либо из дерева, либо из теста. Прежде всего, к расписанному изделию подбирается фон. Поверхность фона в основном, должна быть шероховатой, не бросаться в глаза, то есть не перебивать поделку и, гармонировать с изделием. Это может быть однотонная ткань, мешковина, обои. Выбранную основу прикрепляют к рамке при помощи гвоздей, клея или мебельного степлера, и затем приклеивают изделие из соленого теста.

4. Программа групповых занятий по изобразительному творчеству (лепка из солёного теста)

Программа занятий по изобразительному творчеству (лепка из солёного теста) нацелена на поддержание психического здоровья и раскрытие внутреннего творческого потенциала граждан пожилого возраста и инвалидов.

Представленные в данной программе техники, приемы по работе с солёным тестом способствуют укреплению мелкой моторики, развитию воображения, реализации своей фантазии и раскрытию творчества граждан пожилого возраста и инвалидов. Изделия из солёного теста, сделанные своими руками вызывают положительные эмоции и поднимают настроение.

Программа разработана для групп отдыхающих, находящихся в течение смены (15 дней) в отделении дневного пребывания. Работа ведётся с группой до 15 человек, но при этом, процесс изготовления изделий индивидуален. Данная программа предполагает и индивидуальные занятия с обратившимися гражданами, в том числе с ИПР.

Занятия построены с учётом возрастных особенностей пожилого возраста, актуального состояния участников группы, а также с учётом времени года и праздников.

Данная программа состоит из четырёх циклов: зимний, весенний, летний и осенний.

Каждый цикл состоит из 3 занятий продолжительностью 60 минут, 1 раз в неделю по следующему плану:

1 занятие – знакомство с историей возникновения солёного теста и материалами творчества. Лепка.



2 занятие – сушка изделий и их роспись.







3 занятие – создание общей композиции на заранее подготовленной основе или песке. Оформление тематических выставок. Заключительное занятие (обратная связь).



**Тематический план групповых и индивидуальных занятий
по изобразительному творчеству (лепка из солёного теста)
с фотопримерами**

Зимний цикл		
№	Тема	Фотопримеры
	Вводное занятие на тему «История возникновения солёного теста». Знакомство с материалами творчества	
1.	«Символ Нового года» (например, заяц и т.д.)	
2.	«Ёлочные украшения»	
3.	«Защитникам Отечества» (изготовление сувениров)	
<p>Заключительное занятие (обратная связь). Оформление тематических выставок: «Символ Нового года», «Новогодняя красавица», «С Днём Защитника Отечества!».</p>		

Весенний цикл		
№	Тема	Фотопримеры
Вводное занятие на тему «История возникновения солёного теста». Знакомство с материалами творчества		
1.	«Именные медали»	
2.	Панно «Весенний букет» (в День 8 Марта)	
3.	«Озеро надежды и любви» (лебеди, кувшинка)	
4.	«Пасхальная радость» (пасхальные яйца)	
Заключительное занятие (обратная связь). Оформление тематических выставок: «Весенний букет», «Озеро надежды и любви», «Пасхальная радость».		

Летний цикл		
№	Тема	Фотопримеры
Вводное занятие на тему «История возникновения солёного теста». Знакомство с материалами творчества		
1.	«Цветочные фантазии»	
2.	«Розовый сад»	
3.	«Фейерверк фантазий» (свободная тема)	
Заключительное занятие (обратная связь). Оформление тематических выставок: «Цветочные фантазии», «Розовый сад», «Фейерверк фантазий».		

Осенний цикл		
№	Тема	Фотопримеры
Вводное занятие на тему «История возникновения солёного теста». Знакомство с материалами творчества		
1.	«Кулинарные шедевры» (жаворонки, крендели, ватрушки, посуда)	 
2.	«Корзина с фруктами»	
3.	«Дары осени»	
<p>Заключительное занятие (обратная связь). Оформление тематических выставок: «Кулинарные шедевры», «Розовый сад», «Фейерверк фантазий».</p>		

Темы могут варьироваться в зависимости от особенностей и творческих пожеланий группы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данном методическом пособии рассматривается одно из направлений изобразительного творчества – лепка из солёного теста. Лепка является любимым и увлекательным занятием не только для детей, но и многих взрослых.

Программа по изобразительному творчеству, в том числе, работа с солёным тестом, является одним из методов комплексной социально-психологической поддержки граждан пожилого возраста и инвалидов.

На занятиях по изобразительному творчеству пожилые люди овладевают разными способами и техниками лепки из солёного теста.

Процесс лепки из солёного теста требует внутренней концентрации и сосредоточенности, аккуратности и творческого проявления своей фантазии.

Создавая в лепке различные образы и тематические композиции, мы творим. А творчество, как известно, всегда приносит радость. Разве это не чудо, когда в ваших руках бесформенный материал превращается в какую-либо фигурку?!

Удачи вам, творческих свершений и открытий!

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дашкевич Е.В. «Лепим из солёного теста», Санкт-Петербург, «Кристалл» 2000г.
2. Кискальт Т.И. «Солёное тесто», М. Профиздаг, 2002г.
3. Кискальт Т.И. «Увлекательное моделирование», Ярославль, «АСТ-ПРЕСС», 2001г.
4. Кутняя Н. И. «Из истории русского народного костюма», Омск, «Започно-Сибирское книжное издательство», 1983г.
5. Лейнберг АТЗ., школьная энциклопедия «Искусство XV-XVI в.в.. М, «Детская литература», 2000г
6. Фролова Е.С. «Забытое ремесло», М, «АСТ-ПРЕСС», 2000г.
7. Яковлев СТ., журнал «Сделай сам» (искусство инков), М, «Знание», апрель 1992г.