



ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

Портал для педагогов

tc-sfera.ru

Журналы для специалистов

sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин

sfera-book.ru

Мастер-класс Сад камней в тарелке

25.11.2022



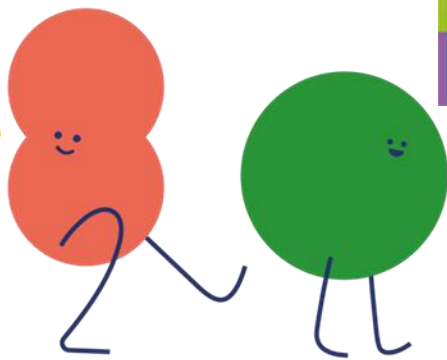
Спикеры вебинара



Кретьова Марина Александровна - педагог-психолог высшей категории, Ветеран труда

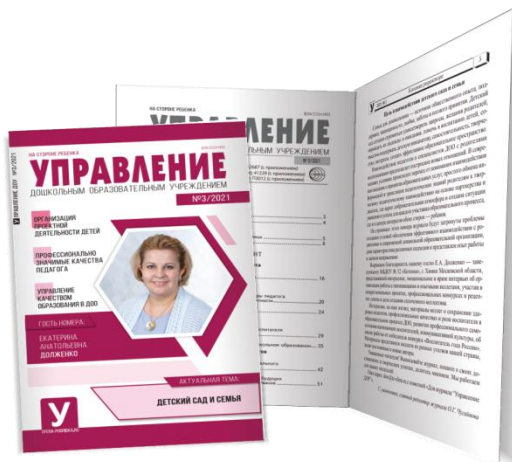


ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР



Приобретайте
книги спикера на
sfera-book.ru

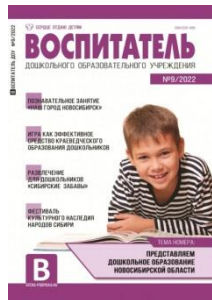
Подписные издания



- Управление ДОУ
- Воспитатель ДОУ
- Логопед
- Методист ДОУ
- Инструктор по физкультуре



- ✓ Библиотека «Управление ДОУ»
- ✓ Библиотека Воспитателя
- ✓ Библиотека Логопеда
- ✓ Учебно-игровой комплект



Журналы для специалистов

sfera-podpiska.ru





ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР



Образовательная обл
«Физическое развити

Подробнее >



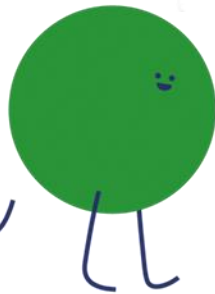
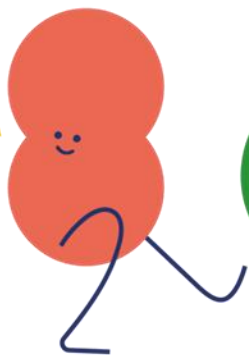
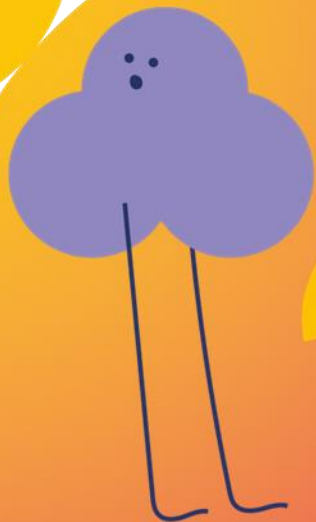
Образовательн
«Речевое разви



Подроб

Образовательная область
«Социально-
коммуникативное
развитие»

Подробнее >



**Обучайтесь на
семинарах очно и
онлайн:
tc-sfera.ru**

Сад камней — история и традиции



Сад камней (яп. 枯山水 карэсансуй, букв. «сухие горы и воды»), также «сэкитэй» (яп. 石庭, букв. «каменный сад») — культурно-эстетическое сооружение Японии, разновидность японского сада, появившаяся в период Муромати (1336—1573).



Созерцание и медитация

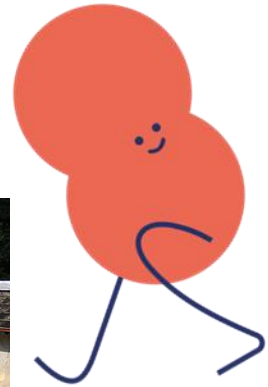
Японский сад прошел долгий путь развития – от роскошных пространств, предназначенных для развлечения знати и украшения резиденций аристократов, до полных скрытого смысла уединенных и тихих уголков для медитации. Первые японские сады, созданные по новым принципам, возникли еще в VIII веке. Это уже были пространства, где подчеркивалось совершенство окружающей природы, и вмешательство в естественный ландшафт ограничивалось лишь целями существования таких садов – медитация, созерцание, отстраненность от суеты и человеческих забот.



Сад Реандзи

Некоторые сады сохранились с давних времен, включая самый, пожалуй, знаменитый в мире – сад Реандзи в Киото. В саду камней Реандзи, расположенном на территории большого храмового комплекса, нет ни деревьев, ни кустарников, ни водоемов. Довольно небольшое пространство – прямоугольная площадка тридцати метров в длину и десяти в ширину – заполнено белым гравием и группами больших камней, окруженных мхом.

Черных камней – пятнадцать, они как будто находятся на пяти островках, окруженных «морем» из белого гравия. Особенность черных камней в том, что, в каком бы месте террасы ни находился зритель, он всегда видит лишь четырнадцать камней. Один всегда выпадает из поля зрения.



Сад Сайходзи

Другой знаменитый сад камней в Японии – при храме-монастыре Сайходзи – славится своими мхами, которых здесь насчитывается более ста видов. Мох заполнил пространства сада в те времена, когда храм, основанный еще в VIII веке, оказался заброшен из-за междоусобных войн. Сад Сайходзи был первым из созданных в новом стиле дзен-буддизма – в XIV веке.



Философия сада камней

Камень является центром японской символики в ландшафтном дизайне и интерьере. Это связано с отношением японцев к этому материалу как к самому совершенному творению природы. В японской традиции камень символизирует красоту и величие природы. Большие камни ассоциируются со скалами, волнистая поверхность гравия означает воду.



Символизм сада камней

Сады камней – это абсолют японского символизма, ведь они подразумевают развитие воображения через созерцание, медитацию. Такие сады представляют собой не фрагмент природы, а ее символ. Камни воспринимаются как скульптура – их пластическая выразительность, пропорции, соотношение объемов, размещение в пространстве формируют эстетические качества сада. Все остальные элементы ландшафта выполняют роль фона, который только подчеркивает красоту и уникальность камней. Много свободного пространства в саду камней предусмотрено не случайно: в такой «пустоте» японцы видят свободу, будущее, безбрежность мира. При этом сад должен оставлять ощущение камерности, закрытости пространства от посторонних глаз



Настольный сад камней



Настольный сад камней – это искусственно созданное небольшое пространство, в котором находятся три главных компонента: песок, камни и грабли. Создаются такие сады для погружения в себя, уход от реальности, без агрессивных химических запрещенных веществ. Сад камней погружает в медитацию, а соответственно вы избавляетесь от навязчивых мыслей.



Создание мини сада

С каждым разом у вас будет получаться всё лучше и лучше. В первые разы мысли могут совсем не отставать от вас, но это только первые 2-3 раза. Погружаться намеренно не придется, за вас всё сделает подсознание. Вы как бы перестаете вибрировать на частоте проблем, дум всевозможных, грусти и пр. гадости. Ваша единственная цель в ближайшие 10-15 минут – это навести порядок в своем саду, разложить камни в нужном для вас порядке и просто уединиться.



Домашняя медитация

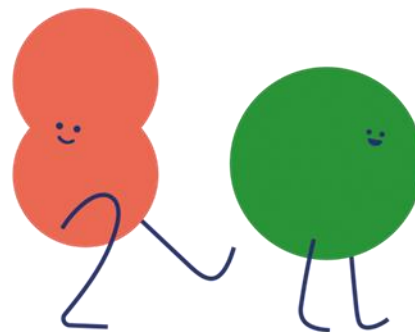
Японский сад настольный основан на главных принципах философии дзен: простоте, изысканности, асимметрии. Согласно учению, именно они обеспечивают мир и гармонию в доме, помогают восстанавливать баланс Инь и Ян, улучшают психическое здоровье. Поэтому садовая композиция не должна быть перегружена деталями, а стремиться к балансу и символичности.



Простота создания



В японском ландшафтном стиле приветствуются натуральные природные материалы (дерево, камни, песок, живые растения, вода), но в настольных версиях сада допустимо использовать искусственные предметы.



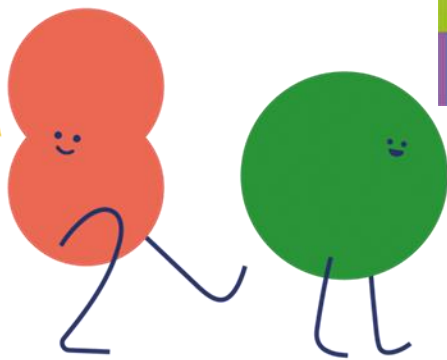
Преимущества мини-садика

Успокаивать нервную систему и снимать стресс. Уход за садом дзен предполагает выполнение однотипных повторяющихся действий (разгребание песка или гравия, перестановка камней). А это эффективный способ успокоить свой разум, снять напряжение, сосредоточиться на настоящем моменте и получить позитивный опыт. Улучшать навыки медитации. Манипуляции с настольным садом камней сопоставимы с медитативной практикой. Маленький японский садик, который всегда под рукой, позволит медитировать в любой удобный момент, чтобы избавиться от негативных мыслей и обрести внутреннюю гармонию. Развивать чувство красоты. Перестановка элементов сада дзен и изобретение новых ландшафтных композиций улучшают чувство эстетики и стиля, учат видеть скрытую красоту в самых обычных вещах, что может быть полезно в быту или на работе. Раскрывать творческий потенциал. Занятия с дзен-садом хорошо стимулируют творческие навыки, учат смотреть на вещи с разных точек зрения, генерировать новые идеи, уменьшают нежелательные мысли во время художественной деятельности и учат решать проблемы. Повышать концентрацию и самодисциплину. Медитативная практика и повторяющиеся движения в процессе ухода за мини-садом улучшают терпение, концентрацию, самоконтроль и помогают бороться с зависимостями





ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР



Приобретайте
книги спикера на
sfera-book.ru



ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР



36 академ. час.

[Как подготовить ребенка к школе? Курс для родителей будущих первоклассников](#)

Для родителей, воспитателей и учителей начальной школы. Курс включает в себя теорию,

рейтинг студентов комментариев

500 ₺

Купить



36 академ. час.

[Финансовая грамотность для детей старшего дошкольного и младшего школьного возрастов](#)

Цель программы – совершенствование компетенций слушателей в вопросах

рейтинг студентов комментариев

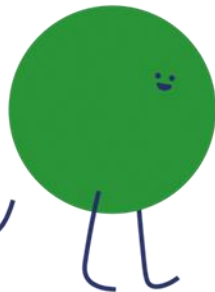
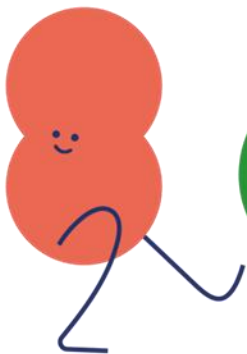
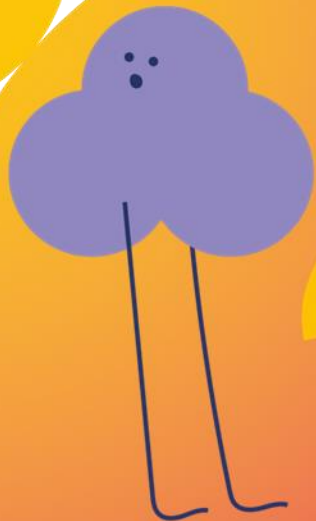
1250 ₺

Купить



Приобретайте курсы Центра образования:

tc-sfera.ru





ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

МАСТЕР ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

АБОНЕМЕНТ ЗА 0 руб

ХОЧУ ПОЛУЧИТЬ

Целый месяц бесплатной подписки
на 10 периодических изданий и доступ
к архиву журналов!



Такого еще не было!

- Подписка бесплатно на журналы + доступ к архиву
- Сертификат бесплатно об участии в вебинаре
- Скидка на методическую литературу 30%

Цена: 0 руб.

ЭКОНОМИЯ
1564 руб. **30**
абонемент дней

Абонемент «Мастер дошкольного образования» для работников ДОО На 1 месяц

700 ₴ >

ЭКОНОМИЯ
6242 руб. **90**
абонемент дней

Абонемент «Мастер дошкольного образования» для работников ДОО На 3 месяца

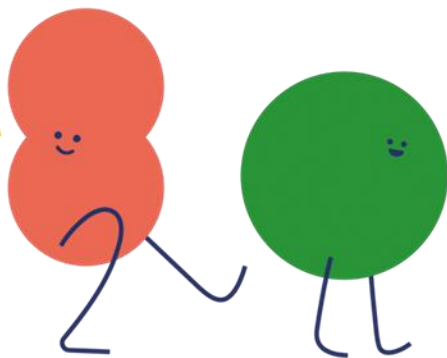
1800 ₴ >

ЭКОНОМИЯ
12435 руб. **180**
абонемент дней

Абонемент «Мастер дошкольного образования» для работников ДОО На 6 месяцев

3000 ₴ >

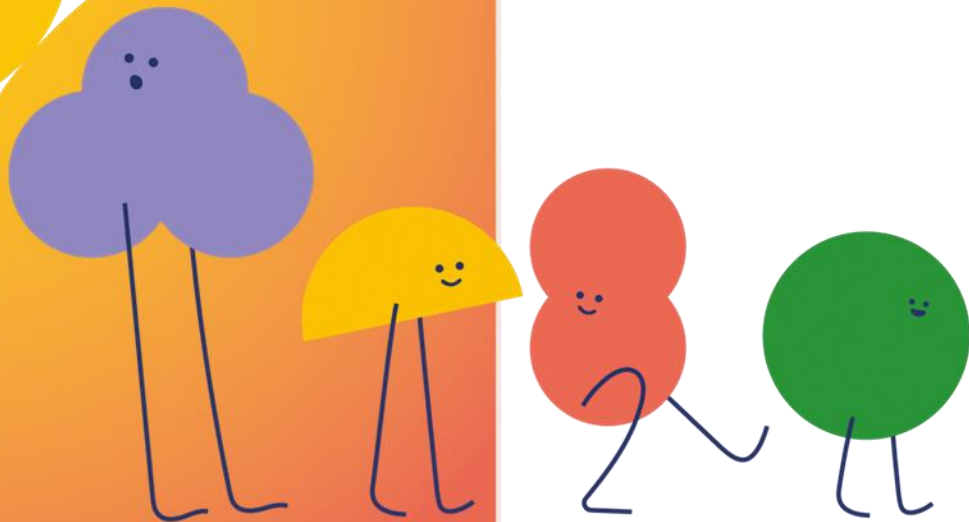
Абонемент для педагогов ДО:
tc-sfera.ru





ТВОРЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

До новых встреч!



Образовательная лицензия № 342539305с

По вопросам сотрудничества:

Методист по работе с
регионами

Глебова Наталья

8 495 656-75-05 (527)

8 916 299-92-90

sfera.metodist@tc-sfera.ru