

*«Все живое стремится к цвету...»*

*Аристотель*

# ЦВЕТОТЕРАПИЯ

Цвет окружает нас повсюду. Он — неотъемлемая часть нашей жизни. Цвету издавна приписывалось магическое значение, благотворное или отрицательное действие на человека, ведь для человека зрение является самым важным из всех видов чувств. Воздействие цвета на людей неоднозначно, а сугубо индивидуально, оно носит избирательный характер, и это необходимо учитывать в работе с дошкольниками.

Цветотерапия – это способ корректировки психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов. Это особая методика, основанная на влиянии фотонов цвета различной длины волны на мозг ребенка. Благодаря такой простой методике, воздействию определенного цвета на ребенка, можно добиться значительных результатов в лечении апатии, раздражительности, чрезмерной активности и даже начинающейся детской агрессии.

***ЦВЕТОТЕРАПИЯ –  
ЭФФЕКТИВНОЕ  
СРЕДСТВО  
СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ  
И РАБОТОСПОСОБНОСТИ***

# История цветотерапии



**Цветотерапия  
родилась  
в древности.**

# Это интересно!

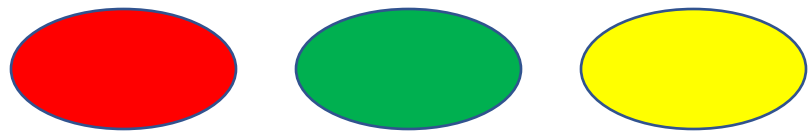
□ Ученые заметили, что любой предмет, привлекающий к себе внимание, помогает мысленно сконцентрироваться. Длительное рассматривание цветного камушка придает мыслям стройное течение, в результате чего может прийти оптимальное решение волнующей проблемы.

# Цветотерапия – лечение ЦВЕТОМ

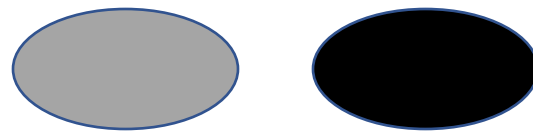


Цветотерапия основана на влиянии фотонов света различной длины волны на мозг человека.

Благодаря такой простой методике, воздействию определенного цвета на ребенка, можно добиться значительных результатов в лечении апатии, раздражительности, чрезмерной активности и даже начинающейся детской агрессии.



- Жизнерадостный
- Любознательный



- Замкну
- Т
- Одинок

# Цветотерапия

**Цель:** вернуть ребенка в счастливый мир детства и радости

Задачи:

- Расширять представления детей о разных цветах и развивать умения их различать;
- Развивать слуховое и зрительное внимание;
- Снижать эмоционально-психическое и телесное напряжение;
- Совершенствовать коммуникативные навыки;
- Развивать фантазию и творческое воображение.



# Цветотерапия

## Дидактические методики

Тест  
Люшера

«Домики»  
(О.А. Орехова)

Цветовое  
тестировани  
е  
по  
Г.Э.  
Бреславу

Методика  
исследования  
эмоциональног  
о  
состояния  
(Э. Т.  
Дорофеева)

«Разноцветн  
ые  
странички»  
(Орлов В.В.,  
Галецкая Л.  
В.)

«Эмоциональн  
ая  
цветопись»  
(А.Н.Лутошкин)

**Предлагаем Вашему вниманию  
несколько игр, направленных на  
развитие цветовосприятия и  
цветоощущения.**

# «*ПОКРЫВАЛА ФЕЙ*»

**«ПОКРЫВАЛА ФЕЙ»** - цветные полотна из прозрачной ткани насыщенных и пастельных цветов. Рассматриваем сквозь них окружающее пространство, обертываемся в них. Это дает осязаемый терапевтический эффект и развивает цветовые ассоциации, успокаивает, настраивает на позитивный лад, развивает воображение и фантазию. Смена цветового пространства эффективно действует на эмоциональное состояние малыша. Например, увидев возбужденного ребенка, можно предложить ему отправиться вместе в волшебную голубую страну. Представьте: прямой контакт «глаза в глаза», взявшись за руки, в замкнутом, но необычном пространстве, отрезанном от остального окружения, тихая беседа на любую тему, в зависимости от ситуации!

# *«ПУТЕШЕСТВИЕ В ЦВЕТНУЮ СТРАНУ»*

**«ПУТЕШЕСТВИЕ В ЦВЕТНУЮ СТРАНУ».** Дети сами выбирают определенный цвет или оттенок цвета. И ему посвящается весь день. Цвет присутствует в оформлении группы, в элементах одежды, игрушках, салфетки заданного цвета, выставка предметов определенного цвета. Заранее договариваюсь с родителями о том, какого цвета одежда предпочтительнее в этот день. Чтобы не перегрузить детей цветом, все предметы насыщенных густых оттенков выставляются на 2-3 часа, а предметы нежного приятного оттенка на целый день.

# «КОВРИК НАСТРОЕНИЯ»

*Работа с ним ведется ежедневно. Можно собраться в кружок, поприветствовать друг друга, рассказать о своем настроении, в соответствии с которым каждый ребенок выбирает определенный цвет квадратика и помещает туда свою фотографию. В течении дня он может самостоятельно перевесить свою фотографию на другой квадратик, если у него поменялось настроение. А вечером перед уходом можно провести беседу о прошедшем дне и о переменах в настроении, почему они произошли. Это прекрасная возможность для педагога скорректировать индивидуальную работу с детьми, уделив больше внимания ребенку, который чем-то огорчен или расстроен.*

# «ЗАЖГИ РАДУГУ»

«ЗАЖГИ РАДУГУ» - на полу расстилается белое полотно с размеченными тесьмой дугами. Детям предлагается «зажечь радугу», т. е. выложить дуги радуги(можно использовать различный материал). В этой игре дети учатся взаимодействовать друг с другом, они общаются, придумывают название своей страны, истории про ее жителей. Они могут и сами очутиться в этой стране и рассказать о своих приключениях. «Холодные» цвета радуги можно предложить «зажечь» детям активным, подвижным. Замкнутым, малоподвижным – теплые. Вариантов объединения детей в группы множество, в зависимости от ситуации, от настроения и поведения детей.

# *«РАДУЖНАЯ СТРАНА»*

Дидактический столик **«РАДУЖНАЯ СТРАНА»** - расселяем «жильцов» (мелкие игрушки, картинки с изображением сказочных героев разных по характеру, выражающих разные эмоции). Дети рассказывают почему расселили игрушки именно так, придумывают про них истории. Можно включиться в игру, создав проблемную ситуацию: к счастливым, радостным жителям Желтой страны проникает злой черный колдун. Можно предложить им реальную ситуацию: попадает не колдун, мальчик-драчун. Дети придумывают невероятные истории. Т.е. работая с цветом, обязательно уточняю его психологические характеристики.

# **«РАЗНОЦВЕТНЫЙ ДОЖДИК»**

**«РАЗНОЦВЕТНЫЙ ДОЖДИК»** - пробегая под «теплыми» и «холодными» струями разноцветного дождя, можно предложить детям изобразить мимикой или рассказать о своих эмоциях, которые у них вызывает тот или иной цвет. Малышу, который грустит предлагаю побегать под «теплыми» струями; разбушевавшемуся - под «холодными». Можно побегать вдоль от «теплых» до «холодных» струй и обратно, изображая соответствующие эмоции. Таким образом, учу детей управлять своими эмоциями, меняя свое настроение, правильно ощущать цвета.



# **«ЦВЕТИК - СЕМИЦВЕТИК»**

*Вертушка «ЦВЕТИК – СЕМИЦВЕТИК» - ребята дуют на вертушку или бегают с ней. По сигналу «стоп» останавливаются. Дети называют цвет, на который показывает стрелочка и описывают свои ощущения. Например: красный: «Ой, как нам жарко, мы попали в Африку, ярко светит солнце» и т.д. Игра хорошо развивает фантазию и воображение. Как вариант, дети рассказывают о своем настроении, соответствующему цвету, или событии в жизни, о котором напомнили цветовые ассоциации.*

**Спасибо за внимание!**