



*«Все живое стремится к цвету...»*

*Аристотель*

# ЦВЕТОТЕРАПИЯ



# "Цвет есть жизнь" .

*утверждал английский философ и естествоиспытатель*

***Р. Бэкон***



***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.

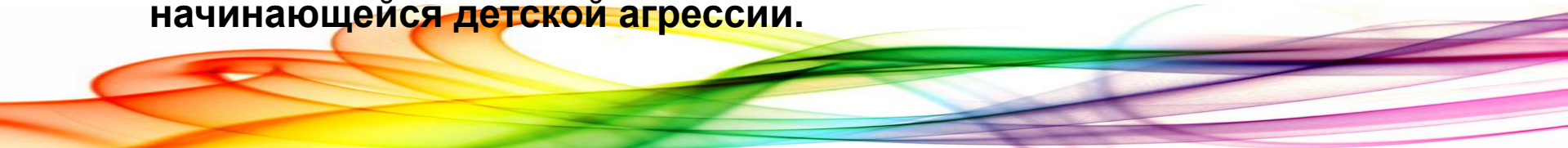


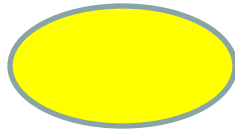
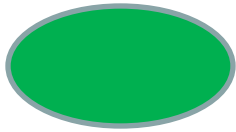
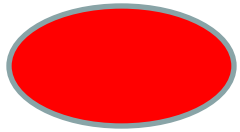
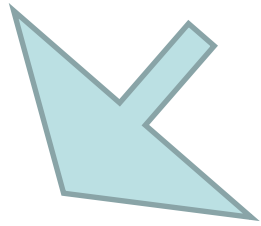
# Цветотерпия – лечение цветом



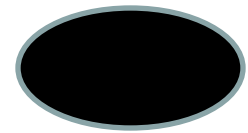
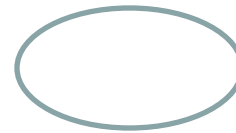
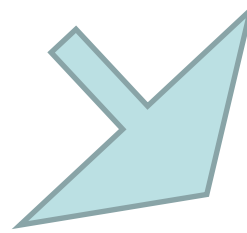
Цветотерапия основана на влиянии фотонов света различной длины волны на МОЗГ человека.

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
- Любопытный



- Замкнут
- 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)**



# Игра – основной вид деятельности ребенка дошкольного возраста.

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



# *«ПОКРЫВАЛА ФЕИ»*

**«ПОКРЫВАЛА ФЕИ»** - цветные полотна из прозрачной ткани насыщенных и пастельных цветов. Рассматриваем сквозь них окружающее пространство, обортываемся 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!*

