**Занятие по цветотерапии для детей среднего и старшего дошкольного возраста «Желтый цвет – цвет радости»**

(Автор: педагог-психолог Тихонова Ольга Александровна)

 Сохранять и укреплять здоровье детей – одна из приоритетных задач Дошкольного Образования. Для этого применяются разнообразные технологии, методы и средства. Педагоги и психологи могут использовать в работе с детьми такой метод, как цветовой игротренинг. Это цикл увлекательных, познавательных, развивающих занятий по цвету, направленных, прежде всего, на развитие и коррекцию эмоционально-волевых процессов у детей.

«Осознавать - значит чувствовать, что с тобой происходит в данный момент: что ощущает твое тело, какие эмоции ты испытываешь, о чем думаешь. Поэтому на занятиях по цвету предлагается чувствовать цвет, ощущать, какое настроение он создает, какие ассоциации пробуждает…

Осознавая свои симпатии и антипатии по отношению к цвету или какому-то образу, осознавая свои мечты и фантазии, ребенок расширяет границы общения с миром. Он становится более внимательным, терпеливым и радостным, а значит и здоровым!» (Н.М. Погосова «Цветовой игротренинг»).

**Цели и задачи занятия по цветотерапии «Желтый цвет – цвет радости»**

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей посредством позитивного цветовосприятия.

Задачи:

1. Расширение представления детей о желтом цвете и его оттенках.
2. Развитие способности детей устанавливать связь между цветом и настроением, эмоциями.
3. Развитие мелкой моторики рук и двигательной координации.
4. Совершенствование коммуникативных навыков.
5. Коррекция эмоционально-волевых нарушений.

 Ход занятия:

- Ребята, вы хотели бы попасть на остров Радости? Как вы думаете, как этот остров выглядит? Что на нем растет? Кто там живет? На этом острове тепло или холодно? Чему радуются обитатели этого острова?

Предлагаю отправиться на остров Радости на самолете! (Педагог проводит динамическую разминку)

- Вот стоит наш самолет! *(Встать на ноги, спину выпрямить, руки вытянуть в стороны)*

- Заводи мотор, пилот! *(Вращать руками перед грудью, изображая мотор)*

- Масло в двигатель качай*, (Приседать, опуская и поднимая руки, сжатые в* *кулаки, имитируя насос)*

- Огоньки скорей включай! *(Сжимать и разжимать пальцы рук)*

- Крылья смело расправляем и на остров улетаем! *(Бег по кругу с вытянутыми в стороны руками)*

 - Через море мы летели и на остров прилетели! *(Остановиться и присесть на корточки)*

- Аккуратно приземлились! (Присесть на корточки)

-Посмотрим в бинокль! Я вижу остров желтого цвета, вижу желтый мост!

- По желтому мосту пройдем, желтые палочки (карандаши) возьмем!

(Педагог предлагает сесть на желтое покрывало, расстеленное на полу и добыть огонь). Проводится пальчиковая гимнастика с желтыми палочками (карандашами)

- Посмотрите, ребята, на этом острове растут желтые цветы, овощи и фрукты! Назовите их! (Педагог раскладывает на желтую ткань желтые розы, одуванчики, тюльпаны, репу, перец, лук, бананы, яблоки, лимоны).

- Посмотрите, здесь живут желтые насекомые, птицы и животные! Девочки называют насекомых, а мальчики – птиц и животных (Педагог раскладывает желтых бабочек, стрекозу, жуков, пчелу, попугая, колибри, жирафа, льва).

- Ребята, вам нравится желтый цвет? Чем он вам нравится (или не нравится)? Он теплый или холодный? Радостный или грустный? Мягкий или жесткий?

В каких случаях нам помогает желтый цвет?

- Желтый цвет дает новые силы, когда мы болеем. Помогает, когда мы грустим. Он дарит радость, согревает. Помогает нам хорошо думать, правильно говорить, быть внимательным.

Игра на внимательность: Если я скажу: «Солнце!», вы изображаете солнце, встаете, широко расставив ноги, руки в стороны. Если я скажу: «Песчаная буря!», вы садитесь на корточки и сильно сжимаетесь. Если я скажу:

« Желтое море!», вы раскачиваетесь на ногах, изображая руками волны.

- У желтого цвета существует много оттенков: лимонный, светло желтый, темно желтый, золотистый, солнечный. Давайте найдем на нашем Желтом острове предметы этих оттенков!

- Ребята, слышите? Звучит музыка! (Педагог включает веселую музыку). Как вы считаете, какая эта музыка по настроению? А по цвету (оттенку)?

- Обитатели Желтого острова радуются желтому солнцу, поют веселые песни и красиво танцуют. Предлагаю вам тоже потанцевать!

- Огонь называют «маленьким солнышком». Сейчас мы посмотрим на огонек. (Педагог зажигает желтую свечку, дети наблюдают за пламенем свечи и слушают «сказку о желтых фруктах»).

 «Сказка о желтых фруктах»

В одной доброй солнечной стране жили - были желтые человечки – Желтуны. Они жили в маленьких домиках желтого цвета. Каждое утро, проснувшись, Желтуны умывались фруктовой водой, чистили зубы лимонной пастой, делали зарядку, а на завтрак ели фруктовые десерты из желтых фруктов, которые выращивали в своих золотистых садах. Кроме апельсинов, в садах росли желтые яблоки, груши, лимоны, персики и абрикосы. Фрукты эти были очень полезные и вкусные. Желтуны никогда не болели, были здоровые и счастливые.

Но однажды, на их страну налетел вихрь. Он разрушил дома, сады, погибли фруктовые деревья, исчезли фрукты. В желтой стране наступили голод и разруха. Вирусы и микробы стали летать в воздухе. Многие Желтуны заболели тяжелыми болезнями.

 Самый мудрый из Желтунов знал, что вирусы и микробы очень боятся сока желтых фруктов. Значит, во что бы то ни стало, как можно быстрее, надо было добыть хотя бы один фрукт. Трое самых смелых и сильных Желтунов отправились к Королеве Лимонии за помощью. Лимония была очень добрая и справедливая королева. Она согласилась помочь желтунам, только если они прогонят из ее сада злого Фруктоеда. Желтуны одолели Фруктоеда и получили в подарок целую корзину желтых спелых фруктов.

Фруктовым соком Желтуны уничтожили всех микробов, а косточки от желтых фруктов посадили в своем саду. Из них вскоре выросли лимонные, персиковые, абрикосовые, грушевые деревья. Желтые человечки вновь стали здоровыми и радостными. Добро и счастье вернулось к ним в солнечную страну!

Предлагаю посадить вам косточки от лимона в желтые красивые стаканчики. Мы будем ухаживать за ними, поливать. А потом посмотрим, что вырастет.

А сейчас пришло время возвращаться в садик. Садимся в самолет:

- На самолете мы летим, в иллюминатор мы глядим,

- Остров Желтый позади, а наш садик впереди!

- Очень много мы узнали, отдохнули, поиграли!

- Дарим всем веселье, здоровье и терпенье!