Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение «Детский сад №86»

**Семинар-практикум**

«Коррекционные здоровьесберегающие технологии: технология воздействия цветом»

Воспитатель: Т.В. Минлигареева

Цель: повышение профессионального мастерства педагогов в процессе активного педагогического общения по освоению технология цветотерапии.

**Задачи:**

* Обучение детей расслаблению в зависимости от окружающего их цветового пространства.
* Развитие правильного дыхания
* Совершенствование навыков ручного труда.
* Развитие общей и мелкой моторики рук в процессе освоения различных технологических приемов.
* Развитие конструкторских способностей, мышления, воображения, фантазии.
* Формирование культуры личности ребенка во всех проявлениях.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение приоритетной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

В последнее время увеличивается количество детей, посещающих дошкольное учреждение, с различными психоэмоциональными нарушениями: снижением работоспособности, раздражительности и плаксивости, а так же гиперактивные и наоборот пассивные дети.

Эмоциональное и физическое благополучие ребенка зависит от того, что его окружает. Это не только предметно-развивающая среда, но и мы – взрослые.

Именно мы должны создать все условия для развития разносторонней личности.
Ребенок и цвет – вещи взаимосвязанные. Ведь дети по своей природе более восприимчивы к многоцветью нашего мира и особо остро в нем нуждаются. На нашем семинаре мы познакомимся со здоровьесберегающей технологией воздействия цветом.

Цветотерапия – коррекция психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов. Благодаря воздействию определенного цвета на ребенка можно добиться значительных результатов в преодолении апатии, раздражительности, чрезмерной активности и даже начинающейся детской агрессии, умении управлять своими эмоциями.

Какие цвета обычно выбирают дети? Они выбирают яркие, насыщенные цвета - красный, желтый, зеленый. Это свидетельствует о том, что дети нормально развиваются, им интересно все новое, яркое, они динамичны и любознательны. А вот любимый белый или черный цвета могут сказать, что ребенок замкнут и предпочитает одиночество.

Надо сказать, что успешное сочетание **цветовой** гаммы вызывают хорошее настроение и самочувствие как детей, так и взрослых. Таким образом, важно, чтобы дети получали положительные эмоции от **цвета** не только периодически, на занятиях арт-терапией, но и в своей повседневной деятельности. **Цветовая окраска комнат**, мебели, игрушек – все это должно быть гармонично сбалансировано и вызывать у детей соответствующие положительные эмоции. Например, стены в спальне должны быть окрашены в светлые, успокаивающие тона, а комната для занятий и игр, напротив, может содержать более яркие оттенки, стимулирующие активность детей.

Не стоит перегружать интерьер игровой комнаты обилием всевозможных оттенков по принципу: чем пестрее, тем лучше. Во-первых, чем больше используемых оттенков в интерьере, тем сложнее их сочетать между собой. Во-вторых, изобилие красок повышает утомляемость психики, а ведь ребенок проводит в детском саду целый день! При выборе доминирующих **цветов** следует помнить об их психофизиологической характеристике:

|  |  |
| --- | --- |
| **Цвет** | **Локализация** |
| **Вверху** | **Боковые поверхности** | **Внизу** |
| **Красный** | возбуждает, мобилизует | возбуждает | воспринимается как неестественный, может «обжигать» |
| **Розовый** | ощущение легкости, счастья | чувство нежности | часто ассоциируется с обонятельными ощущениями |
| **Оранжевый** | способствует концентрации внимания | ощущение тепла, способствует релаксации | эффект «принадлежности» и тепла, иногда воспринимается как неестественный |
| **Желтый** | вызывает приятные ощущения разрядки, отвлечения, способность релаксации | возбуждает, может вызвать неприятные ощущения | эффект «приподнятости», иногда «парения» |
| **Зеленый** | воспринимается как неестественный | успокаивает | успокаивает, «охлаждает», может оказывать эффект снотворного действия |
| **Голубой** | ощущение легкости, спокойствия, способствует релаксации | «охлаждает», вызывает отчуждение | «охлаждает», более выражен, чем зеленый |
| **Синий** | вызывает тревожность, беспокойство | отчуждение в группе, отношениях с психологом | тревога, «холод», ощущение бездны |

В дополнение к правильно подобранной **цветовой гамме интерьера**, в вышеназванных помещениях всегда есть зеленый **цвет** – это живые растения. Известно, что зеленый **цвет**, расположенный в спектре между синим и желтым пробуждает осознание жизни – это символ роста, движения. Там, где есть зеленый **цвет** существует благоприятная среда для обитания человека. **Цвет** растительности в интерьере связывает нас с природой. Мы чувствуем себя живыми, обновленными, поскольку зеленый **цвет** ассоциируется с ростом. Подобрав **цветовую гамму интерьера**, оформления помещения, эффективность **цветовых** качеств в организации образовательного процесса, следует обратить серьезное внимание и на **цвет одежды специалиста**(музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, воспитателя, психолога, логопеда).

При организации и проведении повседневной образовательной деятельности предпочтение отдается теплым и спокойным **цветам** в одежде специалистов. При проведении праздничных мероприятий *(утренники, досуговая деятельность, викторины и т. д.)* можно использовать одежду взрослых соответственно тематике мероприятия и **цвета** подбираются более яркие и насыщенные, но желательно однотонные. Следует помнить, что **цвета** могут вызывать определенные эмоции: оживление, равнодушие, успокоение, возбуждение, ощущение тепла или холода. Светлые **цвета**, как правило, теплые, дают ощущение легкие и кажутся глазу особенно близкими.