

## Консультация для родителей «Цветотерапия»



Нас окружает удивительно красочный мир, но иногда мы не обращаем внимания на цвет неба, закат солнца, белоснежные снежинки.

Я предлагаю вам посмотреть вокруг повнимательнее и поиграть со своими детьми.

Работа с цветом способствует решению многих задач:

- повышает уровень коммуникативности детей, их эмоциональную отзывчивость;
- обогащает сенсорный и эмоциональный опыт детей;
- знакомит с приемами управления своими чувствами, формирует навыки самоконтроля.

Первым положительное и отрицательное влияние цвета на психику человека обнаружил Гете, заложив таким образом основы современной цветотерапии. Он отмечал: «Цвета действуют на душу: они могут вызывать чувства, пробуждать эмоции и мысли, которые нас успокаивают и волнуют, порождают печаль и радость».

В. Бехтерев утверждал: «Умело подобранная гамма цветов способна благотворно влиять на нервную систему лучше, чем некоторые микстуры».

Американский психолог Джекоб Либерман тридцать лет изучал влияние света и цветных лучей на организм человека, пришел к выводу, что цвет и солнечный свет могут заменить почти все лекарства!

Сейчас сложилась целая научная теория влияния цвета на психофизиологическое состояние человека.

Каждый цвет имеет свою целебную силу или негативно влияет на поведение детей. По любимому цвету можно определить характер человека, даже совсем маленького. Здесь есть и обратная связь: одевая малыша в одежду

определенного цвета, можно заложить основы будущего характера ребенка. Нужно стараться одевать ребенка разнообразно: в цветастом калейдоскопе одежды, игрушек и других предметов дети лучше развиваются.

Интересна и увлекательна практика «цветного дня». Дети сами выбирают определенный цвет, и ему посвящается целый день: с цветом знакомятся, рассматривают, играют, воспроизводят в рисунках, создают фантастические игры, постройки. В цветовом пространстве подробно выделяется каждый цвет по отдельности: собираются игрушки определенного цвета, меняется мягкий инвентарь (салфетки, скатерти, занавески). Дети одевают одежду определенного цвета. Чтобы не перегрузить детей цветом, все предметы, имеющие насыщенный, густой оттенок, выставляются дозированно — на 2—3 часа, а предметы нежного, приятного оттенка — на целый день.

Для игр вам необходимо вырезать из цветного картона кружки разного цвета диаметром 4-5 см.(картон цветной 24 цвета)

Вашему вниманию я предлагаю игры, которые вы сделаете вместе со своими детьми и интересно проведёте вечер в кругу семьи.

#### 1. «Подбери любимые цвета снеговика и солнышка»

Цель: учить детей подбирать оттенки холодных и тёплых тонов.



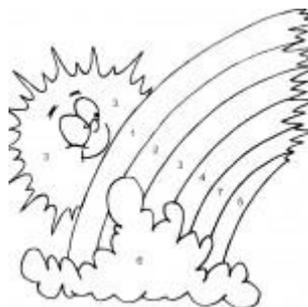
Задание: из множества предложенных цветов и оттенков выбрать карточки с оттенками синего цвета — для снеговика (синий, фиолетовый, голубой,

бирюзовый, болотный...) и все оттенки жёлтого — для солнца.(жёлтый, оранжевый, лимонный...)

### 1. «Радуга — дуга»

Цель: Познакомить детей со спектральными цветами.

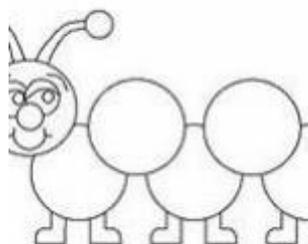
Задание: раскрасить радугу, располагая цвета в спектральном порядке



### 2. «Собери гусеничку»

Цель: познакомить с оттенками зелёного цвета ( цитрус, оливковый, болотный, салатный, светло-зелёный, тёмно –зелёный)

Задание: Среди множества цветов найди зелёный цвет и все его оттенки, составь гусеничку из кружков зелёных оттенков.



### 3. «Назови цвета, которыми нарисован петушок»

Цель: учить детей различать цвета и их оттенки находить цвета на карточках.



### 5. «Какой любимый цвет»

Цель: научить детей чётко различать цвета и оттенки правильно их называть.

Задание: дети рассматривают героев сказок и определяют преобладающий цвет — называют любимый цвет героя.

6.«Помоги рыбкам» Цель: Цель: упражнять детей в умении сопоставлять цвета, способствовать закреплению знаний и системе цветов. Задание: Ребёнок раскладывает детишек–рыбок соответственно цвету своих мам–рыбок. Называя рыбку и ласково её детишек (щука- щучка, карась-карасик, окунь-окунёчек, сом- сомёнок, акула-акулёнок...)

### 7.«Что бывает такого цвета?»

Жёлтое – яблоко, лимон, банан, платье, бантик.... Красное — вишня, помидор, роза, мяч, карандаш.... Синее – море, небо, шорты, майка, шарик..... Оранжевое – апельсин, белка, лиса, морковь... Зелёное – лист, трава, стульчик, самолёт, флажок... Белое- облако, пароход, ромашка, туфли,голубь... Чёрное- пальто, точки, пуговицы, пояс, колёсо...

### 8. «Закончите предложение»

— Если бы трава была голубой , то....

— Если бы снег был чёрный, то....

— Если бы море было красным, то...

### 9. Доскажи словечко. Выучи стихи.

Рано утром с мамой встала

И учить цвета я .....(стала.)  
У меня сомнений нет  
Лучший –это красный цвет  
Яркий , как огонь костра  
Или солнышко.....( с утра)  
Синий цвет — цвет воды  
Глубоко не заходи!  
Небо, небо голубое  
Это всё моё.....( родное)  
Жёлтый лучик протянул  
Каждому ладошки  
И Иринке и Илье  
И шустрому.....( Антошке).  
Я оранжевый возьму  
Цвет для апельсина  
И раскрашу хвост лисе  
Будет так .....(красиво)  
Чёрный цвет мне нужен тоже  
И без белого не сможем  
Все цвета для нас важны в рисовании.....( нужны)

#### 10. Выучи пословицы

- Аленький цветок бросается в глазок.
- Алый цвет мил на весь свет.
- Белую стену в любой цвет выкрасишь.
- Все травы одного цвета.
- Золото хоть в печь положи, оно цвета не сменит.
- Зимой и летом одним цветом.
- Красен, как свекла, как кровь, как клюква, как маков цвет.
- Красным-краснешенек, желтым-желтехонек и пр.
- Красное солнышко на белом свете черную землю греет.
- Мыло серо, да моет бело.
- На вкус, на цвет мастера нет.
- Покраснел, как рак.
- Рубашка беленька, да душа черненька.

- Рыжий, как огонь.
- У соседа цветы краснее.
- Цветы что дети, уход любят.
- Черен мак, да бояре едят.
- Черен, как сажа, как уголь, как смоль, как ворон, как ночь, как земля; чернее грязи, сажи, угля и пр.
- Черная коровка дает белое молочко.

Подобрала: Дубинина Л.Н.,  
воспитатель МБДОУ детского сада №9  
г. Новочеркаска