

Муниципальное Автономное Дошкольное
Образовательное Учреждение д/с «Голубок»

«Цветотерапия в формировании и
развитии
дошкольников»

**ОСТАНИНА
ЕЛЕНА
ВЛАДИЛЕНОВНА**

**ВОСПИТАТЕЛЬ
1 кв.к.**

«Уметь срывать с палитры те цвета,
которые ложась на холст, выражали бы
желаемые чувства и содержание,
- великое мастерство»
М.Сарьян

Актуальность:

С каждым годом общество предъявляет все более высокие требования к воспитанию и обучению детей. В сложившихся условиях одной из основных психолого-педагогических задач является поиск новых технологий, способствующих интенсификации процесса воспитания и обучения в сочетании с сохранением психологического здоровья детей.

Цель: создание условий, раскрывающих творческий и интеллектуальный потенциал дошкольников, ориентированных на диалогическое взаимодействие детей, родителей и педагогов и способствующих самопониманию и саморазвитию всех участников педагогического процесса на основе приобщению детей к познанию окружающего мира, в частности знакомство с цветом.



ЦВЕТ – одна из первых характеристик окружающего мира, которую воспринимает ребенок

Познание мира ребенком происходит на всем пути его развития в процессе обучения и воспитания в культурно-образовательном пространстве. особое значение в формировании субкультуры личности ребенка представляется средствами искусства. Среди многочисленных течений современной педагогики наиболее интересным и плодотворным является воспитание и оздоровление детей художественным искусством.

Дошкольный возраст - период наиболее интенсивного развития воображения и наглядно-образного мышления, которые являются основными формами познания.

Изобразительная деятельность является едва ли не самым интересным видом деятельности дошкольников. Она позволяет ребенку выразить в своих рисунках свое впечатление об окружающем его мире. Вместе с тем, изобразительная деятельность имеет неоценимое значение для всестороннего развития детей, раскрытия и обогащения его творческих способностей.

Эта деятельность требует от ребенка-дошкольника художественных способностей, знаний изобразительной грамоты, декоративного искусства, дизайна. Необходим большой запас зрительных образов и впечатлений, творческого воображения. У ребенка возникает вполне естественное желание передать в рисунках свои впечатления от увиденного и прочитанного. Он берет в руки карандаши, краски, кисти, бумагу...

Художественно-творческая деятельность отвлекает детей от грустных событий, снимает нервное напряжение, страх, обеспечивает положительное эмоциональное состояние. В настоящее время работа по этому направлению, а именно развитие креативности, развитие и гармонизация личности, помогающие при решении любых проблем, называется АРТ-ТЕРАПИЯ. Одним из «кирпичиков» арт-терапии является цветотерапия .

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, управлять своими эмоциями.

История цветотерапии уходит в далекое прошлое, а в современное время она официально признана медициной. Цветотерапия для детей предполагает в первую очередь определение их любимого цвета, а затем наполнение этим цветом как можно большего пространства, которое его окружает.

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. Цветотерапия как раз и направлена на то, чтобы вернуть ребенка в счастливый яркий мир детства и радости.

Основные задачи в цветотерапии.

Здоровьесбережение детей через цветотерапию

- Коррекция психоэмоционального состояния детей;
- развивать слуховое и зрительное внимание;
- снижать эмоционально-психическое и телесное напряжение;
- повышать уровень эмоциональной отзывчивости и коммуникативности детей;

формировать навыки самоконтроля через знакомство с приемами управления чувствами.

Работа по цветотерапии строится по следующим принципам:

- Последовательности (от простого к сложному)
- Возрастосообразности (возраст детей играет непосредственную роль в подборе игровых заданий и сложности диагностики)
- Индивидуального подхода к ребенку
- Всестороннего развития (через один вид терапии решаем различные развивающие, образовательные, коррекционные задачи)

Результаты работы по цветотерапии

Дошкольное детство – мир впечатлений и хорошего настроения. Цветотерапия помогает скорректировать эмоциональное состояние ребенка, позволяет развивать его творческий потенциал, учитывая индивидуальные особенности и предпочтения. Расширить представления об окружающем мире.

Значение цветового восприятия хорошо понимали видные представители дошкольной педагогики: Фребель Ф, Монтессори М, Тихеева Е.И. и другие. Для детей создавались разнообразные игры и упражнения.

В играх с цветом, как и в любых других, важно создать у ребенка радостное настроение, тогда у него всегда будет срабатывать ассоциация, что занятия – это весело и здорово. Этот настрой он перенесет на учебную деятельность, когда пойдет в школу.

В НОД избегайте уменьшительно-ласкательных слов по отношению к цвету. «Красненький» и «зелененький» следует заменить на «красный» и «зеленый», чтобы малыш изначально воспринимал и произносил правильно.

Если ребенок рисует розового волка или желтое небо, не стоит запрещать ему этого: помните, что цветом ребенок выражает свое эмоциональное состояние.

Помимо основных цветов не забывайте знакомить ребенка с другими, встречающимися реже: розовым, серым, фиолетовым, иначе шаблоны крепко закрепятся в мышлении малыша, и розовый цвет он может называть красным, а фиолетовый – синим, потому что они похожи, а настоящих их названий ребенок не знает.

Одними из первых помощников детей в познании окружающего мира станут загадки. Они помогают развивать память – путем систематического повторения, мышление – заставляя ребенка обращаться к собственному опыту, чтобы найти ответ, воображение, словарный запас. Хорошо, если ответ будет находиться, что называется, «под рукой»: мышку можно показать в книжке, лягушку – настоящую, на прогулке у озера и т. д.

Исследование настроения как эмоционального состояния личности ребенка

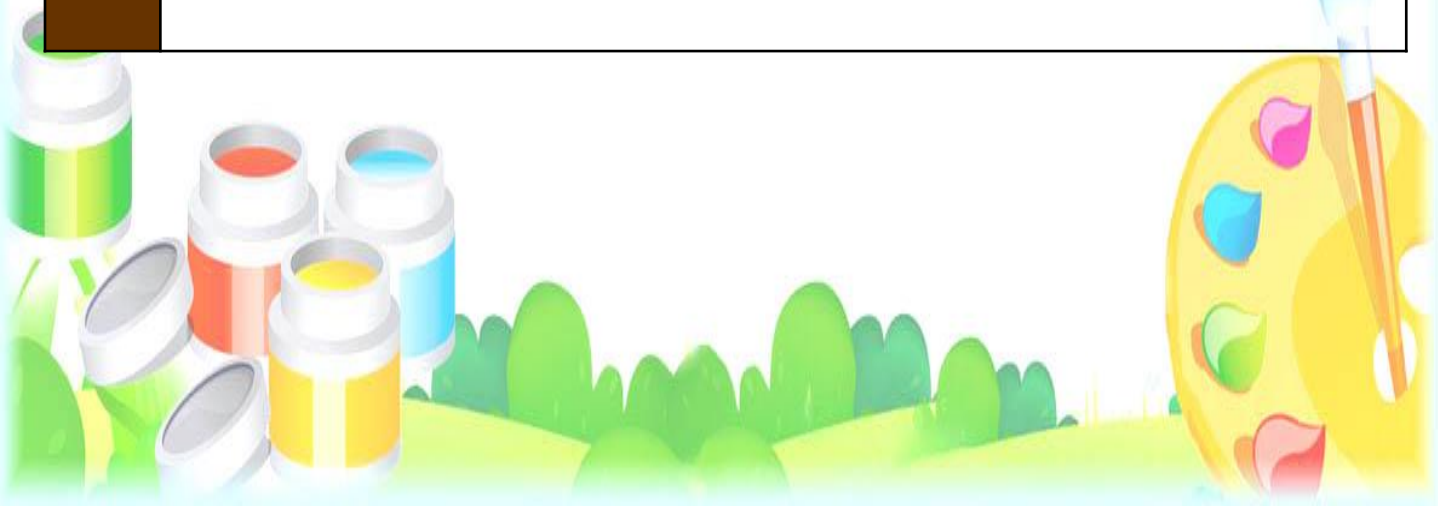
Красный цвет обычно предпочитают физически здоровые сильные люди, они живут сегодняшним днем и испытывают желание получить все, что хотят, тоже сегодня. Дети, выбирают из палитры карандашей красный, легко возбудимы, любят шумные подвижные игры.

Дети, выбирающие желтый, отличаются тем, что нередко уходят в мир своих фантазий. Повзрослев, они могут при определенных обстоятельствах стать мечтателями «не от мира сего». Такие люди плохо приспособляются к жизни. Нелюбовь к желтому может означать нереализованные надежды («разбитые мечты»), истощение нервной системы.

Детям, выбирающим зеленый цвет, обычно свойственны самоуверенность, настойчивость. Они стремятся к обеспеченности.

Предпочтение синего цвета отражает потребность человека в стабильности, порядке. Синий цвет чаще выбирают флегматики.

Коричневому цвету часто отдают предпочтение дети неустроенные в жизни



Возрастные особенности восприятия цвета детьми и использование их в изобразительной деятельности.

Дети в возрасте до 1 года независимо от национальности и места проживания обнаруживают одинаковые цветовые предпочтения: красный, желтый и оранжевый они предпочитают синему, зеленому и фиолетовому.

В 2-3 года у детей хорошо сформирован зрительный анализатор, т.е. дети легко различают все основные цвета.

В 3-4 года дифференцирование цвета как при его восприятии, так и в словесном обозначении вначале образуется по отношению к четырем цветам: красный, желтый, синий и зеленый, а затем ко всем остальным. В младшем дошкольном возрасте существуют предпосылки для усвоения детьми системы основных цветов и некоторых оттенков.

Как и в постижении других свойств, дети первоначально усваивают основные, базовые бессознательно отбрасывая детали. Однако без специального обучения этот процесс может затянуться. Даже в старшем возрасте дети не смогут избавиться от употребления своеобразных шаблонов «предметных цветов» (небо синее, трава зеленая).

То, что усвоенные эталоны влияют не просто на название, но, прежде всего, на само восприятие свойств, когда детям предлагают молча подбирать к образцу объекты точно такого же цвета. Трехлетние дети во многих случаях по желтому образцу подбирают только желтые объекты, а по красному - красные и оранжевые, по синему образцу они подбирают только синие, а по голубому - и голубые и синие. Особенно ярко это обнаруживается в случае, если образец сначала показывают детям, потом убирают и выбор надо произвести по памяти. По образцу знакомого цвета выбор производится правильно, а по образцу малознакомого цвета - ошибочно.

Усложнение продуктивной деятельности ведет к тому, что ребенок постепенно усваивает все новые и новые цвета.

При изучении восприятия дошкольников четырех – пяти лет установлено, что цвет предмета является для ребенка опознавательным признаком лишь тогда, когда другой, обычно более сильный признак (форма), почему – либо не получила сигнального значения.

Огромную роль играет и постановка задачи, стоящей перед детьми. Если надо выложить из одноцветных фигур узор, дети ориентируются на форму, если надо «спрятать» цветную фигуру на аналогичном фоне, решающее значение приобретает цвет. Иногда дети ориентируются на оба признака одновременно.

В этот период своего развития сознание ребенка приучается в начале к простейшим, а затем к более сложным цветосочетаниям. В пять лет у ребенка очень сильно развиты фантазия и вымысел. Поэтому малыш «творит» не уставая, едва проснувшись, целый день без передышки пытается воплотить фантазию в реальность. В рисунке у него формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Используя различный цвет ребенок обычно выражает свои чувства по отношению к тому, что он изображает, вплоть до оттенков настроения. Поэтому нередко на бумаге сочетаются не сочетаемые краски и появляются невероятные тона и оттенки.

В пять с половиной лет у детей наблюдается следующее отношение к использованию цвета: цвет как передача окраски изображаемого предмета и цвет как украшение. Ребенок подбирает цвета максимально соответствующие реальному цвету предмета, передавая основной цвет локально, без оттенков.



Поэтому необходимо познакомить детей с оттенками цветов, научить смешивать краски. Они с интересом пользуются палитрой, получая новые цвета: желтый с синим.

К шести годам ребенок уже способен по отдельным признакам объединить предметы, оценивая их различия и сходство.

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, дети различают по светлоте и называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; цветовые восприятия дифференцируются по полу.

В шестилетнем возрасте необходимо расширить представление детей о получении оттенков любого цвета, надо показать детям, что светлота цвета зависит от количества в краске белил (гуашь) или воды (акварель). Пришло время познакомить детей с цветовыми эталонами на примере радуги.

Теперь можно не только закреплять знания об уже известных цветах, но и знакомить с новыми цветами (фиолетовый) и оттенками (голубой, розовый, светло-зеленый, сиреневый).

Важное место в развитии чувства цвета многие педагоги отводят народному декоративно-прикладному искусству. Дети интуитивно улавливают цветовой образ, обнаруживая тем самым зачатки образного мышления. Дети седьмого года жизни начинают осваивать сложные образы из окружающей жизни и литературных произведений и передавать их в изобразительной деятельности.

Обогащается их цветовая гамма. Большая выразительность в цветовой композиции достигается расширением набора материалов, которые дети могут использовать в рисовании (краски - гуашь, акварель, пастель - сухая и жирная, сангина, угольный карандаш, гелевая ручка и др.).

В цветоведение преподаватель развивает в ребенке представление о разнообразии цветов и оттенков, опираясь на реальную окраску предметов, декоративную роспись, сказочные сюжеты. Он постепенно подводит детей к обозначению цветов, например включающих два оттенка (желто-зеленый, серо-голубой) или уподобленных природным (малиновый, персиковый и т.п.). Особое внимание дети должны обратить на естественную изменчивость цвета предметов (например, при созревании помидоры зеленые, а созревшие - красные). Таким образом, они учатся замечать изменение цвета в природе в связи с изменением погоды (небо голубое в солнечный день и серое в пасмурный). Таким образом, психолого-педагогические исследования, обращенные к проблеме развития представлений о цвете у детей дошкольного возраста, позволили выявить характер и особенности восприятия цвета и цветовых сочетаний детьми, определить пути развития эстетического чувства у детей этого возраста.

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

«Разноцветные листы»

Цель: совершенствование элементов саморегуляции, тренировка последовательности действий, погашение гиперактивности.

Инструкция№1: ребенку предлагается поочередно раскрасить красками листы бумаги (красным, желтым, синим, зеленым), после чего в этой же последовательности повесить листы на стену, закрывая один другим.

«Рисунок глиной»

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, развитие воображения.

Инструкция№2: предложить ребенку окунуть пальчики в глину (пальчиковые краски) и рисовать по бумаге (оргстеклу).

Тема рисунка может меняться.

«Свободный рисунок в круге»

Цель: гармонизация эмоционального состояния, налаживание коммуникации, объединение.

Инструкция№3: детям предлагается по очереди рисовать красками друг к другу дороги в круге (большой лист бумаги в виде круга)

«Водный салют»

Цель: коррекция страхов, снятие напряжения, развитие воображения

Инструкция: попросить ребенка рисовать красками на воде, разглядывать и анализировать получившиеся фигуры.

«Мелки – наперегонки»

Цель: коррекция агрессии, снятие напряжения, гармонизация эмоционального состояния.

Инструкция: ребенок в разном темпе (медлен – быстро) делает мелками штрихи на листе

«Разноцветные камушки»

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, развитие творческого воображения.

Инструкция: попросить ребенка раскрасить морские камушки так, как он захочет.

«Семья»

Цель: выявление эмоционального состояния ребенка, чувств и представлений, связанных с детско-родительскими отношениями.

Инструкция: ребенка просят раскрасить шаблоны фигур (женской, мужской, детской), при желании прокомментировать свою работу.

«Мой страх»

Цель: коррекция страхов, снятие напряжения, развитие творческого воображения.

Инструкция №1: ребенку предлагается нарисовать свой страх (на что он похож), прокомментировать свою работу и спрятать в сундучок в кабинете психолога.

Инструкция №2: разорвать рисунок и выбросить в мусорное ведро.

Инструкция №3: превратить рисунок в смешной, пририсовав смешные детали.

Литература

У. Бера "Что означают цвета".

Капитонова Е. В. Изотерапия для дошкольников

«Волшебная кисточка» // Образовательные проекты «Совёнок» для дошкольников. – 2013.

Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб. Речь. –2008 г.

Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении.Изд. АРКТИ. –2008 г

Шевченко М. Я рисую успех и здоровье. Арт-терапия для всех.- СПб.: Питер, 2007.-96 с.

