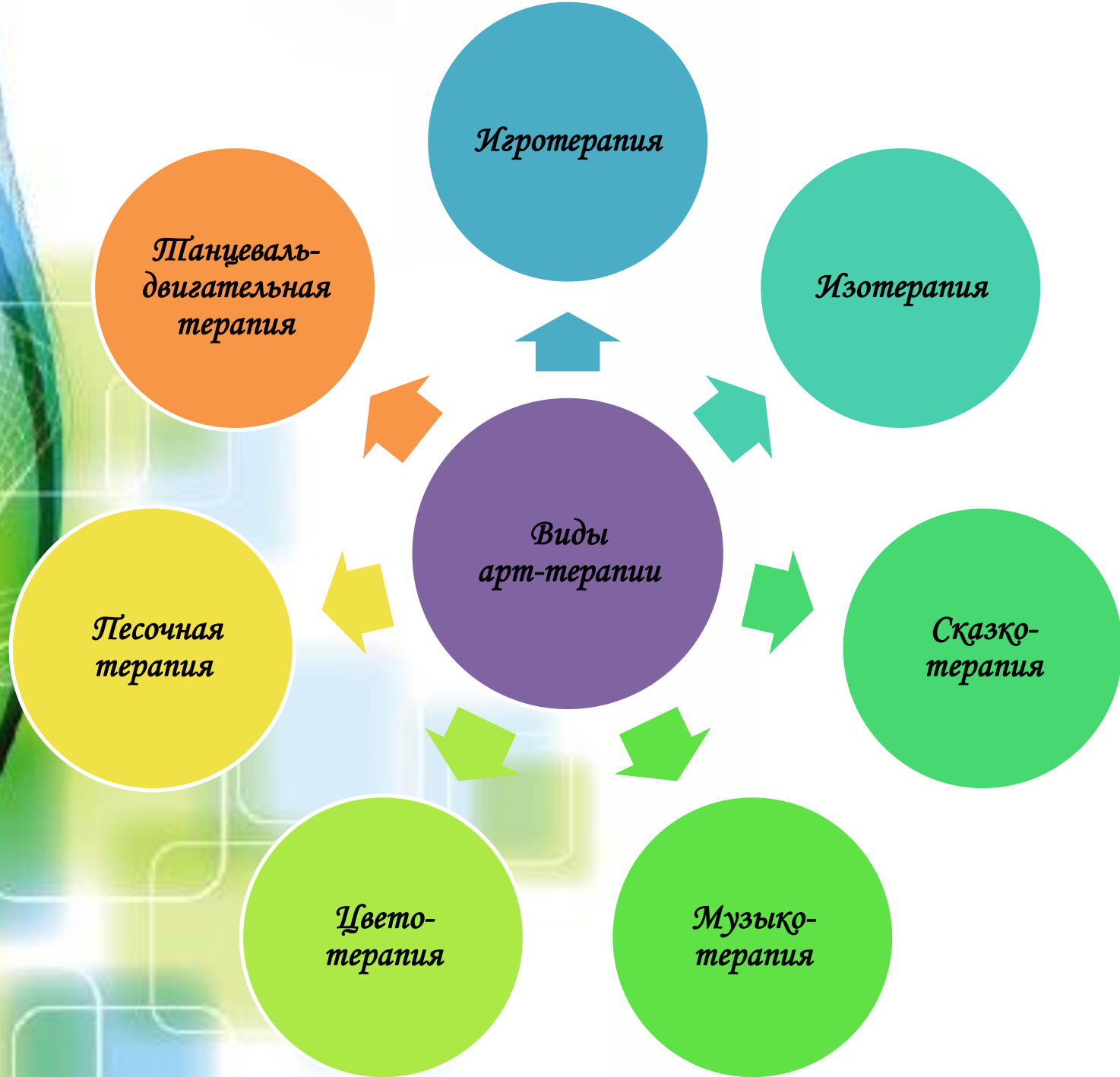


*Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 47 Кировского района  
Санкт-Петербурга*

# *Арт-терапия в работе с детьми дошкольного возраста*

*воспитатель  
Клюева  
Юлия Александровна*

**Арт  
терапия  
(лат. *ars*  
искусство,  
греч.  
*therapeia*  
лечение)**



Цвет – это инструмент, с помощью которого мы можем получить необходимые нам энергии. Но постоянное воздействие на наш организм одного и того же цвета приводит к дисбалансу жизненных энергий.

Цветотерапия – это немедикаментозный метод лечения, основанный на том, что каждая из биологически активных зон организма реагирует на один из цветов: воздействие цветом происходит на орган зрения, а через него и через зрительный анализатор – на нервную систему. Воздействие определенного цвета снимает энергетическую блокаду, являющуюся причиной функционального расстройства.

Значения цвета

или

Каждый  
Охотник

Желает

Знать

Где

Сидит

Фазан

Красный обеспечивает здоровье, физическую силу, выносливость, устойчивость, уверенность в себе повышает внутреннюю энергию, способствует активизации кроветворения, нормализации кровообращения и обмена веществ.

Оранжевый повышает уровень нейроэндокринной регуляции, помогает победить усталость, хандру, депрессию, неуверенность, тревогу и страх.

Желтый как символ солнца, снимает напряжения и даёт надежду. Он действует позитивно на печень и желчный пузырь, активизирует работу желез внутренней секреции и стимулирует восстановление слизистых оболочек. Поток жёлтого света символизирует тепло и уют и укрепляет нервную систему, повышает концентрацию внимания, улучшает настроение и память. Его влияние очень благотворно при нарушениях работы печени.

Зеленый способствует ритмичной работе сердца, отдыху глаз, оказывает умеренное противовоспалительное и противоаллергическое действие, полезен при сниженной функции почек, головокружении, нервозности.

Голубой цвет успокаивает и укрепляет внутренне. Он активизирует лёгкие и бронхи, успокаивает головную боль и снимает раздражительность. К тому же он помогает при кашле. успокаивает, повышает иммунитет, благоприятно влияет на работу щитовидной железы.

Синий помогает при бессоннице, снимает страхи, вызывает ощущение комфорта и покоя, снимает напряжение, снижает артериальное давление, успокаивает дыхание.

Фиолетовый действует мягко, стимулирующе. Дает силу при энергетическом истощении, не дает места депрессии, пессимизму и бессилию. Этот цвет снабжает энергией, в которой особо нуждается пищеварительная система. Усиливает интуицию, нормализует состояние лимфатической системы, помогает при мигренях.

*«Путешествие в страну цвета»  
(Цветовой игротренинг Погосова Н.В.)*

*Цель: Занятия по цвету направлены на комплексное развитие ребенка: развитие и коррекцию речи, формирование волевых и творческих способностей, гармонизацию эмоционального состояния.*

*Задачи:*

- осознание себя как личности, принятие себя и понимание собственной ценности как человека;*
- осознание своих взаимосвязей с миром и своего места в окружающей действительности;*
- творческая самореализация;*
- развитие общих речевых навыков;*
- постановка, автоматизация и дифференциация звуков.*

*«Путешествие в  
страну цвета»*

*«Фиолетовый  
цвет»*

*«Красный  
цвет»*

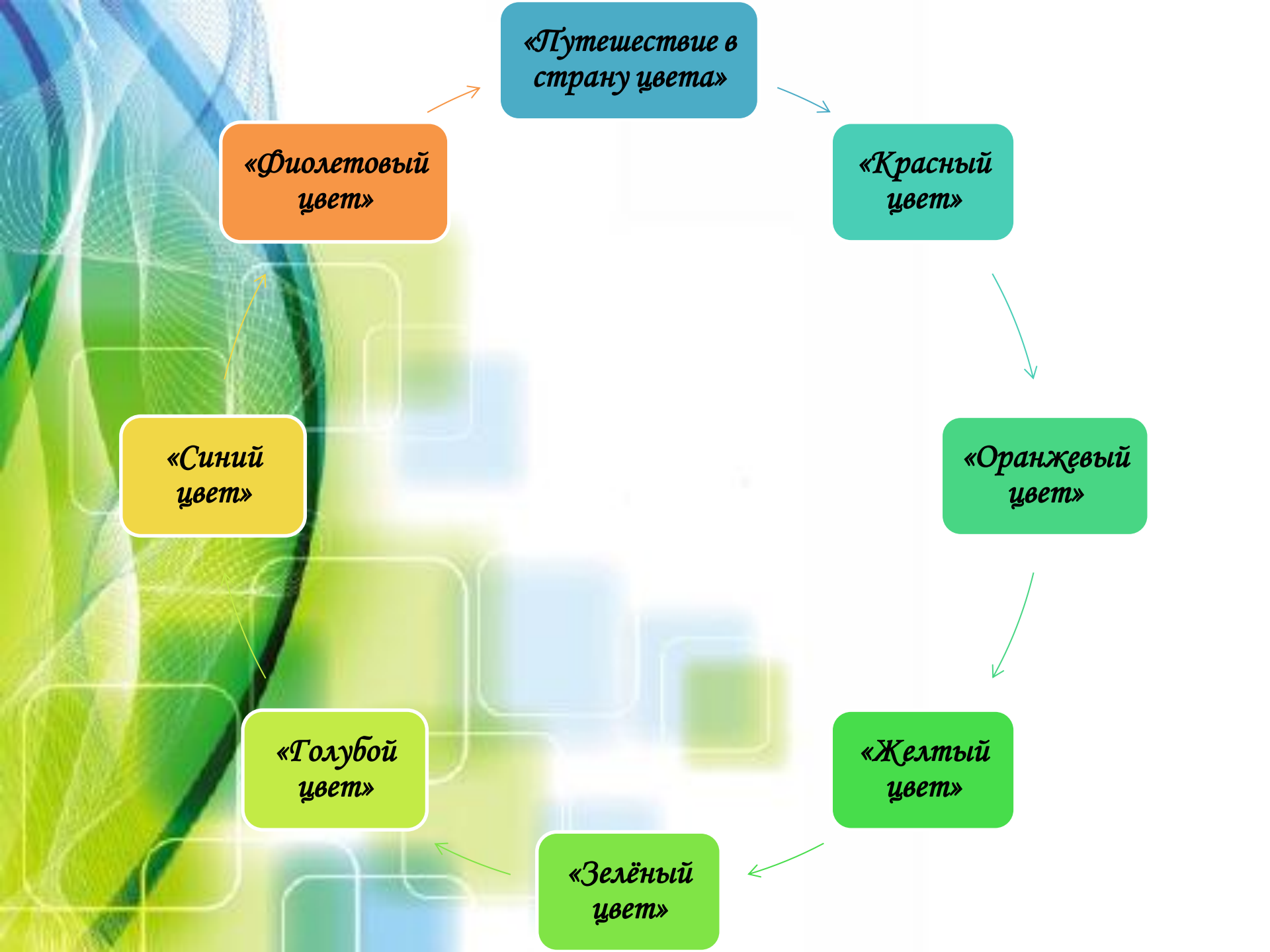
*«Синий  
цвет»*

*«Оранжевый  
цвет»*

*«Голубой  
цвет»*

*«Желтый  
цвет»*

*«Зелёный  
цвет»*



# Погружение в цвет





# Советуем почитать

