

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 65 («Бусинка») г. Воркуты

# **СЕМЬ ЧУДЕС ЦВЕТА**

***(консультация для родителей).***

Воспитатель: Клыкова Е.В.

1 кв. категория

2016г.

# СЕМЬ ЧУДЕС ЦВЕТА

Цвет влияет на наш организм – это медицинский факт, но о природе влияния цвета на человеческий организм единого мнения среди учёных пока нет.

Чтобы использовать возможности хромотерапии (лечение цветом) совершенно не обязательно приобретать дорогостоящие устройства.

Дома можно использовать даже обычные листы цветной бумаги. Оказывается, если в течение 10 минут смотреть на такой лист, расположенный на расстоянии полутора метров, этого уже будет достаточно, чтобы стало меняться настроение, эмоциональный и гормональный фон.

Можно использовать электрические лампочки разных цветов. Воздействие будет более мягким, его можно использовать длительно, до часа и даже двух.

Полезный эффект может оказать даже цветная одежда. Считается, что красные шерстяные носки и шарф того же цвета могут облегчить течение простуды.

*голубой*

*Фиолетовый*

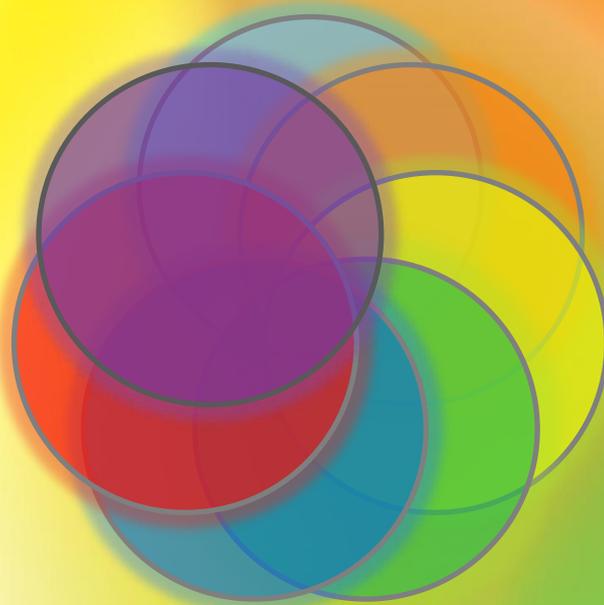
*Оранжевый*

*красный*

*жёлтый*

*синий*

*зелёный*



# Почему красный шарф греет лучше синего ?

**КРАСНЫЙ** – мощный возбудитель. Активизирует работу внутренних органов, положительно влияет на органы кровообращения, стимулирует нервные центры, заряжает энергией печень и мышцы, избавляет от депрессии.

**ОРАНЖЕВЫЙ** – стимулирует работу желудочно-кишечного тракта, а также оказывает полезное воздействие на такие внутренние органы, как селезёнка, поджелудочная железа, почки и надпочечники. Помогает при лечении органов дыхания. Кроме того, возбуждает аппетит и способствует восстановлению баланса гормонов в организме.

**ЖЁЛТЫЙ** – тонизирует, снимает нервное напряжение, генерирует энергию для мышц. Считается, что он стимулирует и очищает печень, кишечник, кожу, препятствует застою внутренних жидкостей, обладает желчегонным и слабительным действием, восстанавливает запасы минеральных веществ и снижает кислотность. Это цвет радостного настроения и сексуальности.

**ЗЕЛЁНЫЙ** – устраняет спазмы сосудов и понижает кровяное давление, лечит головную боль, расширяет капилляры, способствует хорошему настроению. Помогает при сердечно-сосудистых болезнях, невралгиях, астме, остеохондрозе, бессоннице. Может использоваться для лечения глаукомы, близорукости, болезней сетчатки и зрительного нерва.

**ГОЛУБОЙ** – воздействует на эндокринную систему, помогает при неврозах, наличии проблем с органами пищеварения, оказывает обезболивающее действие.

**СИНИЙ** – снижает кровяное давление, замедляет сердцебиение, спасает от бессонницы. Обладает противомикробным действием, его используют при дезинфекции помещений, лечении болезней уха, горла и носа, заболеваний роговицы, начальной катаракте, близорукости. Но при длительном воздействии вызывает усталость и депрессию.

**ФИОЛЕТОВЫЙ** – стимулирует функцию селезёнки, повышает мышечный тонус, нормализует состояние лимфатической системы, помогает при сердечных заболеваниях, мигренях и лечении костей.

