**РАЗВИВАЮЩИЙ ТРЕНИНГ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЦВЕТОТЕРАПИИ**

**ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Занятие №1**

***Радуга настроения.***

***Цель:*** развитие личности старших дошкольников через применение цвета и сказкотерапии.

***Развивающие задачи:***

* развитие чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы в группе
* развивать способность тонко чувствовать цвет по отношению к своему внутреннему миру
* способствовать гармонизации осознания ребенком своего имени
* развитие слухового и зрительного восприятия
* творческая самореализация

***Оборудование и материалы:***

Разноцветные предметы:

Иллюстрации с видами природы.

**Ход занятия.**

***Вступление:***

Сегодня нам предстоит совершить необычное путешествие, путе­шествие по радуге настроения.

Какие цвета вы знаете?

Назовите свой любимый цвет.

Почему он вам нравится больше других?

Зачем нужны разные цвета?

Представьте себе, что на земле исчезли все краски, кроме черной и белой.

Какое настроение вызывает черно-белый мир?

***Погружение в цвет:***

***Упражнение 1.****Сказка о том, как появился разноцветный мир.*

Давным-давно, когда весь мир был только белым и черным, жили на Земле две могущественные феи: фея Тьмы и фея Света.

 Фея Света озаряла весь мир чудесным искрящимся светом. Когда же наступала ночь, то приходила фея Тьмы, укрывала Землю черным покрывалом, и все предметы становились черными-пречерными.

 Так они сменяли друг друга долгие годы и века. Но всему на свете приходит конец. И в один прекрасный день фея Све­та решила подарить Земле краски. Взмахнула она своим вол­шебным светящимся лучом, и предстали перед нею цветные феи, словно сотканные из разноцветных сверкающих иско­рок. Одна фея была голубой, другая розовой, третья — фио­летовой, четвертая — оранжевой... Фей было много: всех цве­тов и оттенков.

 — Дорогие феи, — сказала могущественная фея Света, — вам предстоит нелегкая работа: осветить своими цветными лучами Землю и сделать ее разноцветной, нарядной и радос­тной.

 Только взмахнула Голубая фея волшебным голубым лу­чом, как посыпались на Землю голубые искры света — и сразу заголубели васильки и незабудки, вода в озерах и небо над Землей.

 Только взмахнула Розовая фея своим волшебным лучом, как полились на Землю розовые потоки света — и сразу порозовели щеки у детей, розы в садах и лесные гвоздики, а розовый рас­свет осветил облака в утреннем небе.

 Славно потрудились все феи... С той поры преобразилась Зем­ля и расцвела яркими красками, радуя людей пестротой своих роскошных и разноцветных нарядов.

* Понравилась ли вам сказка?
* Что интересного вы узнали из этой сказки?

***Упражнение 2.*** *Феи.*

 **У** каждого из вас есть любимый цвет. Выберите себе кру­жок любимого вами цвета *(Дети выбирают кружки из кар тона).* Теперь вы феи. Назовите себя. *(Я — синяя фея, я* — *красная фея...)*

 Посмотрим, насколько внимательны феи цвета. Сейчас я буду называть разные предметы. Если это синий предмет, то свой кружок поднимет «синяя фея», если он красный — то «красная»... А если предмет бывает разных цветов, то свои кружки могут поднять сразу несколько фей. Например, ка­кого цвета роза? Правильно, она бывает и белой, и красной, и желтой...

 Приготовились? Слушайте.

**Апельсин, снег, море, небо, василек, лимон, лиса, виш­ня, банан, медведь, крот, колокольчик, лес, одуванчик, бак­лажан, солнце, платье, сирень, огонь, мак, цыпленок, туча, сливы, трава, ворона, заяц.**

 Давайте посмотрим на картины природы *(демонстрируют­ся иллюстрации с изображением цветов, животных, заката, моря, гор и т. д.).* Расскажите, дорогие феи, какую работу вы совершили на Земле, что в природе вы окрасили в свой цвет.

*Синяяфея.* Я окрасила в синий цвет воду, васильки, небо...

*Ж е л т а я ф е я.* Я окрасила в желтый цвет солнце, цыплят, одуванчики...

***Упражнение 3.*** *Цветик-семицветик*

 Посмотрите на волшебный цветок. Кто знает название этого цветка? Почему его так называют? Определите, како­го цвета каждый лепесток у этого цветка. Знаете ли вы, из какой сказки прибыл этот цветок и почему он считается волшебным? Прибыл он из сказки «Цветик-семицветик», а волшебный потому, что может исполнять желания. Надо только оторвать лепесток и сказать волшебные слова: «Лети, лети, лепесток...».

 Загадайте желание и оторвите лепесток от волшебного цветка. Помогите ветру унести ваш лепесток, подуйте на него длительно и плавно... Вдох делаем носом, а выдох — ртом. Выдыхая, чуть-чуть втягиваем в себя животик. Мо­лодцы. Хорошо. Когда-нибудь ваше желание непременно сбудется.

 *Упражнение на дыхание выполняется несколько раз. Цве­ток лучше сделать из тонкой бумаги и продублировать лепес­тки, чтобы хватило всем детям.*

***Упражнение 4.*** *Сказка«Знаменитый дождь в Пьомбино» (Дж. Родари)*

 Однажды в Пьомбино дождем посыпались с неба конфеты. Конфеты были словно большие градины, но не белые, а разно­цветные — красные, зеленые, голубые, фиолетовые. Один маль­чик взял в рот зеленую конфету — просто так, чтобы попробо­вать, и обнаружил, что она мятная. А другой попробовал красную, и оказалось, что конфета земляничная.

 — Да это настоящие конфеты! Самые настоящие! — обрадо­вались ребята и бросились набивать ими карманы. Но сколько они не собирали, конфет меньше не становилось — они по-пре­жнему дождем сыпались с неба.

 Дождь этот шел недолго, и все же улицы в городе сплошь покрылись, словно ковром, душистыми конфетами, которые похрустывали под ногами, как мелкие льдинки. Ребята, воз­вращавшиеся из школы, успели еще наполнить сладостями **свои** портфели. И старушки тоже несли домой узелки с конфе­тами.

 Это был великолепный праздник!

До сих пор люди ждут, что с неба опять посыплются конфе­ты, но облако, из которого они сыпались дождем, больше не появлялось ни над Пьомбино, ни над Турином и, вероятно, ни­когда не пройдет даже над Кремоной.

* Что вам больше всего понравилось в сказке?

***Упражнение 5.*** *Мою руки.*

Кто из вас захотел бы оказаться в таком месте, где с неба падают конфеты? Все? Замечательно. Что-то мне подсказы­вает, что скоро над нами появится разноцветное конфетное облако. Давайте подготовимся и на всякий случай «помоем руки». *Педагог читает стихотворение М. Яснова «Я мою руки». Перед началом дети энергично «намыливают» руки, раз­миная ладони и пальцы.*

Мыло бывает *дети намыливают руки*

Разным-преразным:

Синим, *соединяют подушечки указательных пальцев*

Зеленым, *соединяют подушечки средних пальцев*

Оранжевым, *соединяют подушечки безымянных пальцев*

Красным... *соединяют подушечки мизинцев*

Но не пойму, *отображают эмоцию удивления: поднимают*

Отчего же всегда *вверх брови, округляют глаза,*

Черной-пречерной *приподнимают плечи, разводят в стороны руки...*

Бывает вода?

 *после окончания упражнения расслабляют мышцы тела,*

 *свободно свесив руки, слегка согнув колени и наклонив голову вперед*

***Упражнение 6.*** *Конфеты.*

 Кажется, я слышу шум дождя. Закройте глаза и послу­шайте. *(Педагог шуршит конфетными фантиками.)* Под­ставьте ладони под разноцветный конфетный дождь. *(Пе­дагог кладет в ладони каждому ребенку по одной* — *две конфеты в разноцветных фантиках.)* Назовите, какого цве­та конфета упала в ваши руки.

 Попробуем конфету на вкус. Какая она? *(Твердая, слад­кая, ароматная, душистая, вкусная.)*

***Итог занятия.***

Сегодня мы побывали в волшебной стране, где встретились с са­мыми разными цветами. Что вам больше всего понравилось на заня­тии?

***Используемая литература:***

Сидорова И.В. Развитие и коррекция с использованием цвета эмоционального мира детей старшего дошкольного возраста: методическое пособие - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2013. – 80 с.