

**Вівторок – синій,
День миру в Україні.**



Мета: Впровадити в практику роботи з дітьми елементи кольоротерапії, як методику покращення здоров'я за допомогою кольорів;

розкрити значення синього кольору, розширити знання дітей щодо особливостей і специфіки синього кольору, вміти висловлювати свою думку, свої емоції, враження;;

вдосконалювати знання учнів у назві та вмінні розрізняти кольори, розвивати уважність, пам'ять;

виховувати повагу до оточуючих, любов до природи.

-До вас знову завітав гість, і приніс вам завдання для цього дня.

Читання вірша

Зараз ми прослухаємо вірш і вам необхідно порахувати усе те, що має синій колір.

СИНЯЯ ДОРІЖКА - КОЛІР миру й неба,
Жити у добрі і злагоді усім людям треба
По доріжці пробіжу, зафарбую ніжки,
І про мир всім розкажу, прочитаю з книжки!!
СИНЯЯ ДОРІЖКА пахне васильками
Квітами, що є на полі й сукні моєї мами.
СИНІЙ КОЛІР моря і глибин небесних,
І зірок, що в небі, і казок чудесних.

- Скільки слів нарахували?

Ми прослухали вірш та порахували усі слова які мають відношення до синього кольору, але предметів цього кольору так багато! Зараз ми перевіримо ваші знання.

Гра «Синій ланцюжок»

Слова: хмарка, річка, дощик, темний виноград, картопля з синьою шкіркою, сливи, волошки, водоспад....

Значення кольору

СИНИЙ

Синій – символ вірності, довір'я і безконечності. Як безконечними бачиться морська далечінь і небесна глибина. Він настільки серйозний, що аж холодний. Його серйозна холодність зближується з Божественною Істиною, яка вічна і непорушна. Як і голубий, він символізує Святі Небеса, людську праведність і чисту духовну відданість людини своєму Творцю і Судді, Владиці Небес і Світу.

...Його стихія – вода, котра не тільки сама синя, але й змикається із синім небом... В ньому – і фарби моря, і прохолода землі. То його стихії – і вода, і земля. Його сторона світу – Захід, бо там Сонце перестає бути спекотним; пора року – осінь, бо саме вона припиняє «ненависну» червону спеку; пора доби – вечір, коли синьо-сиві тумани вистуджують нагріту протягом дня землю; а напрям – назад, до неквапливого спокою...

2. Асоціативний куц до слова «Синій»



Зараз ми побачимо з чим у вас асоціюється синій колір. Мені завжди хочеться плакати, адже синій колір-колір сліз, похмурості, сирості, мокрого дня, це відразу робить настрій депресивним. Але може у вас виникнуть інші асоціації.

Закриваємо оченята та уявляємо себе біля гірського струмочка. Ми чуємо як тече водичка, відчуваємо легенький вітерець, відчуваємо свіжість. Які почуття виникли, які асоціації з'явилися?

Довідка про синій колір

Давайте розкажемо нашій гості про синій колір, аби вона зрозуміла який він чудовий та не засмучувалась даремно.

Синього так багато на нашій планеті і він має дуже важливе значення для нас. Це колір повітря та легкої води — струмків та річок. Це колір вічності, таємниці та глибокого спокою. Синій вважається кольором інтуїції. Він стимулює мислення.

На Сході він символізує істину і спокій. Синій колір допомагає очистити свідомість від непотрібних думок, заспокоїть тривогу.

Символічно відповідає воді, **флегматичному** темпераменту. Підходить для тих, кому не вистачає свободи. Синій – це єднання з навколишнім, розряджена емоційність, готовність до естетичних переживань і натхненних роздумів.

Здоров'я

-А як ви вважаєте як може впливати цей колір на наше здоров'я?

Блакитний - заспокоює, утихомирює, знімає втому очей та м'язів. Продукти синього кольору - темний виноград, картопля з синьою шкіркою, сливи, чорниця, смородина. Ці продукти захищають кровоносні судини і покращують зір, зменшують тахикардію, м'язевий біль і напругу, охолоджують та заспокоюють. Він допомагає

позбутися хвилювання та страху, знижує кров'яний тиск, знімає запалення, підвищує імунітет, позитивно впливає на роботу щитовидної залози.

Наша гостя дізналась багато цікавого, але саме цікавинки покажуть який же сильний та дійсно цікавий синій колір.

Цікавинки від маленьких кольорознавців

- Найпопулярнішим кольором у світі є синій. Близько 40% людей називають своїм улюбленим кольором саме синій.
- Блакитні очі - результат мутації в одному із генів. У носіїв такого гена понижене вироблення меланіну у райдужній оболонці ока. Виникла ця мутація приблизно 6–10 тис. років тому.
- Експериментально доведено, що саме синій колір допомагає людині зануритися у свій внутрішній світ і залишитися наодинці з собою
- Синій колір означає також фантазії, мрії і роздуми, але не дії та реалізації.
- Кров омара є безбарвною, але при контакті з киснем вона синіє.

Синій – колір неба і спокою. Стюардеси, в більшості своїй, одягнені саме в цей колір. Як довели досліди, більшість людей відчувають страх перед польотами, а дивлячись на синій, наш мозок отримує сигнали, які заспокійливо діють на всю нашу нервову систему.

Реабілітаційна вправа «Кольорова водичка»

Пропоную разом підзарядити водичку.

«Синя вода» не тільки знімає гостроту конфлікту, але може його і не допустити. Це потрібно пам'ятати, коли чекаєте гостей, які можуть конфліктувати між собою.

Зараз ми почнемо заряджати водичку, але блакитна вода має постояти довше. Адже пити її рекомендовано після обіду. тому вона зможе краще зарядитись.

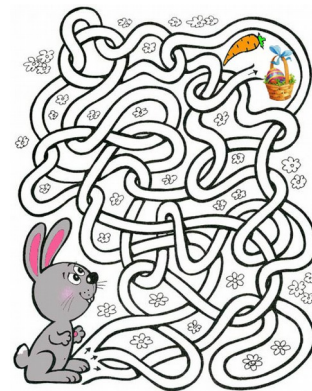
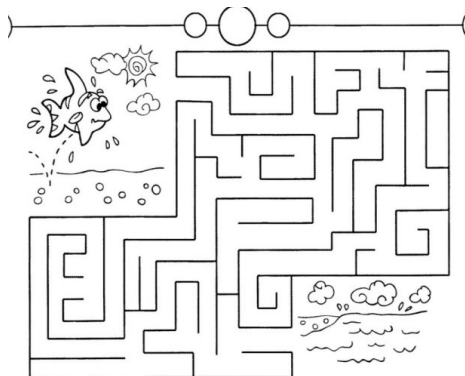
Читаємо вірш про «кольорову водичку»:

*Вода синя незвичайна,
Миротворча, релаксуюча.*

Лабіринт

Ви чудово підзарядили водичку. Моя знайома прислала лист і попросила її допомогти пройти лабіринт, аби вона змогла плавати у величезному морі. Вона має карту-лабіринт, але без допомоги не зможе пройти його.

Допоможіть рибиці дістатись до чудового моря.





Ви молодці! А тепер можемо в творчості позмагатись. Адже коли мінорний настрій я частенько складаю віршики.

Вправа «Сенкан»

Річка
Швидка, хвилююча
Тече, розливається, хвилює
Річка-хвилюючий шепіт природи.

Реабілітаційна вправа «Зоряне дихання»

Зараз ми навчимося долати тривогу, страх та поганий настрій разом, адже я переконалась, що синій дуже гарний колір і слід його цінувати, а тому він має не лише мене засмучувати, а й розслабляти..

- Сядьте якомога зручніше, а краще – приляжте.
- Уявіть синє небо, засіяне зорями.
- Оберіть одну зірочку – вона тепер належить вам.
- Виберіть колір, необхідний для зцілення.
- Включіть зірочку, нехай вона засвітиться цим кольором. Кольоровий промінь широкий, він все довкола заповнює своїм сяйвом. Вдихніть на раз-два-три, уявляючи, що ви вдихаєте кольорове повітря. Повітря, проникаючи через ніс, заповнює усе ваше тіло. Спробуйте побачити та відчутти це. Вдихайте носом.
- Затримайте дихання, порахувавши до трьох.
- Видихніть на раз-два-три.
- Ще двічі повторіть дихальний цикл.

-Що ви відчули?

-Отже, у наступний раз, коли ви відчуваєте страх чи тривогу уявіть свою зірочку, яка вас зцілить, яка забере всі погані думки, увесь негатив. Ось ця зірочка завжди з вами, але слід уміти її вірно використовувати.

Кольорова казка.

- **Читання казки**

БЛАКИТНА КАЗКА «БЛАКИТНА МРІЯ»

Жив у блакитному місті маленький ведмедик Буба. І була у малюка блакитна мрія – потрапити в країну чудес. Одного разу він ліг спати та побачив чудний сон, ніби він

опинився в країні чудес, де було багато-багато солодоців. Коли Буба прокинувся, то зрозумів, що це був лише сон. Але він так мріяв потрапити в країну чудес, що вирішив піти на її пошуки.

Країна чудес виявилась не так далеко від того місця де жив Буба. І в тій країні також було блакитне місто, а в центрі міста на площі Бадьорості ріс блакитний барбарис. Придивившись уважніше, ведмедик побачив, що не лише на кущі замість листочків ростуть барбариски, а й на деревах – шоколадні батончики, замість квіточок росте печиво, на газонах не трава, а тортики-брауні, бісквітики та бублики й інша смакота. Буба був щасливий – здійснилась його блакитна мрія! Ведмежатко наїлося до схочу...

- Болить, болить! Ой-ой-ой, болить! Допоможіть! Це у ведмежатка розболівся животик. Буба дивився навкруги, але навколо нікого не було. Звідки чекати допомоги? Потихеньку він почимчикував поміж солодоців та раптом почув ніжне дзюрчання, прислухався та пішов на звук. Незабаром ведмедик опинився біля великого фонтану. Вода, яка стікала по вигинах чудернацької структури була чистою, прозорою та зачаровувала погляд своєю блакиттю. Ведмежатко напилось блакитної води і животик перестав боліти. Радісний ведмедик пішов додому.

Виготовлення голубів миру із стрічками прапора України.



Виготовлення плакату із капітошок, де діти написали свої побажання для України та воїнів АТО.



Гра «Знайди свій колір»

Слухання казки Г. Сапгір “Мій друг Парасолька”



Ця казка почалася блакитним літнім днем. Йшло лісовою стежкою в гості Порося. Раптом все навколо потемніло і почався проливний дощ. А Порося свою парасольку вдома залишило. Заховалося воно під великим деревом. Стоїть, хвилюється. Адже так і в гості спізнитися можна!



Чує Порося — хтось іде по дорозі, хтось великий.
Тупотить, чалапає по калюжах, дощу не боїться. А це — Слоненя, ось хто. Іде та пісню співає:

Я під дощем гуляю
Калюжами блукаю.
Дощ вуха поливає,
І як гриб зростаю!



Подивилося на великі слонячі вуха Порося. І здалося йому, що Слоненя схожий на парасольку!

— Хочеш зі мною подружитися? — спитало Порося.
— Хочу, — зніяковівши відповіло Слоненя.



— Друг для друга зробить все, — сказало Порося. — Хочеш, я для тебе польку-метелика станцюю?

Порося танцювало і стрибало під деревом. І Слоненяті здавалося, що це танцює товстий рожевий метелик із п'ятчком.



— А чи можу я теж для тебе щось зробити? — несміливо спитало Слоненя.

— Можеш! Давай! — зраділо Порося. — Сховай мене від дощу. І ми підемо в гості. Поросятко залізло під слоняче вуха, і йому справді здалося, що він йде під великою Парасолькою.

Так вони і йшли разом до самого будинку Кролика — в гості.



— Хто це? — здивувався Кролик побачивши Слоненя. — Що за дивак? Здається, я його не запрошував.

— А це моя нова парасолька. Вона мене від дощу ховає, — відповіло Порося.

— Ну, як так, — розсудив господар, — постав свою парасольку в куток.

— Постій, будь ласка, трошки в кутку, заради мене, — попросило Слоненя Порося.



— Давайте грати в «потяг», — запропонував Кролик.

Всі причепилися один за одним. Поїхали! Всім було так весело.

Порося дуділо, пихтіло. Воно було паровозом.

Раптом потяг зупинився, навіть трохи позадкував. Дорогу їм перегородило Слоненя.



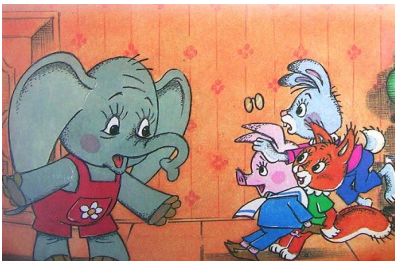
— Можна, я буду паровозом? — попросило воно.

— Але ж паровоз — це я?! — вигукнуло Порося.

— Але ж я більше схожий на паровоз, — заперечило Слоненя.

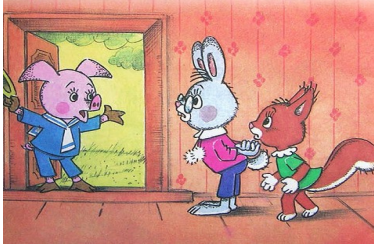
Воно задерло хобот і задуділо: «Ту-туу!» І всі побачили, що Слоненя, дійсно, дуже схожий на паровоз.

— Ти хто? Ти що? — захвилювалося Порося. — Ти — моя парасолька! А парасольки мають стояти в кутку.



Слоненя образилося і пішло. Всім чомусь одразу стало нудно, і всі поспішили додому.

— Ну і нехай, — сказало Порося. — Нехай іде. Дощик все одно закінчився, мені більше не потрібна парасолька. Прошу завтра всіх-всіх до мене в гості.



А на другий день була жахлива спека. Вийшло Порося на ганочок і побачило, що квіти на його клумбі зовсім зів'яли.

— Бідні мої квіточки! — забідкалося Порося. — Треба вас швидше напоїти.

І побігло до свого колодязя. Але він так поспішав, що трапилася біда. Впало відро у колодязь. Що робити?

І тут воно побачило — йде Слоненя. Повний хобот води набрав і сам себе поливає. Та це ж справжня лійка!

— Будь другом, — попросило Порося, — полий мої квіточки. Бачиш, зовсім зів'яли.



Шкода стало Слоненяткові квіти. Підняло воно вгору хобот і перетворилося на фонтан. Відразу ожили квіти.

— Дивіться всі, яка в мене чудова лійка! — хвалилося Порося перед гостями. — Самополивальна!



Всі почали знову грати в цікаву гру «потяг». І Слоненя знову захотіло бути паровозом.

— Ти хто? Ти що? — розхвилювалося Порося. — Ти — лійка! А де лійки мають стояти? У сараї.

Слоненя образилося і пішло. Назавжди.

— Де ж Слоненя? — спитав Кролик.

— Він образився, — відповіла Білочка.

— Ну й нехай, — сказало Порося. — Все одно квіти вже політі.

— Що? — здивувався Кролик.

— А ми думали, це твій друг, — сказала Білочка. — До побачення.

І тут Порося почервоніло. Йому стало дуже соромно.



Сиділо Порося на ганочку і нудьгувало. І вдома негаразд, і в гості щось не хочеться. Згадалося йому Слоненя. Який він був добрий. Справжній друг. А він взяв і образив його. Що ж робити, якщо ти образив друга?.. Дуже просто. До друга треба йти. Звичайно, до друга треба йти.



А Слоненя сиділо на зеленому пагорбі і віршувало:

У спеку, в дощ, вночі і вдень,

Я так люблю гуляти.

А у думках моїх лише...

Рожеві поросята.

Як Порося в мою пісню потрапило? Хіба я хочу його бачити? — здивувалося Слоненя.

І зітхнуло.



І тут із гущавини вибігло Порося. І зупинилося.

— Ура, знайшов! — сказало Порося і відвернулося.

— Ура, прийшов! — сказало Слоненя і теж відвернулося. — Ти чого прийшов? — спитало воно.

— Просто так, — сказало Порося. — А можна, я для тебе теж кимось буду? Барабаном, наприклад.

— Тоді я буду трубою! — зраділо Слоненя.

І вони засурмили та забарабанили. І стали разом танцювати польку-метелика. На зеленій ромашковій галявині.





6. Надуваемо шаріки синього кольору.

