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.

**Красный цвет**

**Цель**: коррекция страхов, инертности, апатии.

 Упражнение 1

 Ход: В пластиковые тарелки налить пальчиковую краску красного цвета. Под музыку мизинцами левой руки и правой руки ставить точки на листе бумаги. Спросите у ребенка: «На что похожа картина, которую вы нарисовали».

 Упражнение 2 «Красный предмет в моей ладошке»

 Ход: Закрой глаза и приготовь ладонь. Когда на твоей ладони окажется какой-то предмет, сожми кулачок. (Взрослый кладет ребенку на ладонь небольшой предмет красного цвета.) Открой глаза, но не раскрывай ладонь. Попробуй догадаться, что у тебя в ладони. (Ребенок высказывает свои догадки). Молодец! Теперь рассмотри свой предмет. Опиши, какой он. (Крупный или мелкий, круглый, овальный, гладкий, шершавый, с рисунком, с дырочкой в середине и т. д.)

 Упражнение 3

 Ход: Подготовить кусочки бархатной бумаги и нитки мулине красного цвета, шерстяные нитки того же цвета. На листе бумаги нарисовать контур цветка. Под музыку наклеить подготовленные кусочки разных материалов на контур нарисованного цветка.

**Оранжевый цвет**

Цель: используется при коррекции застенчивости, замкнутости, скованности.

 Упражнение

 Ход: На плотный картон нанести клей, насыпать пшенную крупу, распределяя по всему листу, подождать, пока высохнет. Под музыку пальчиковой краской оранжево цвета раскрасить пшено.

**Желтый цвет**

Цель: используется при коррекции гиперреактивности, формировании самоконтроля, повышении самооценки.

 Упражнение 1

 Ход: На листе акварельной бумаги нарисовать ветку мимозы. Из бархатной бумаги желтого цвета сделать конфетти. Под музыку наклеить конфетти на изображение ветки, ветку и листья раскрасить акварельной краской зеленого цвета.

 Упражнение 2

 Ход: Ребенок наклеивает свой листок на бумагу. Листок может быть головой, туловищем, платьем или чем-либо другим. Цветными карандашами дорисовывают все необходимое, чтобы получился автопортрет. Если ребенок отказывается изображать себя, то он может изобразить то, что ему хочется.

**Зеленый цвет**

Цель: используются при коррекции возбудимости, тревожности, гиперактивности.

 Упражнение 1

 Ход: На листе акварельной бумаги или картона нарисовать грозди винограда. От куска пластилина зеленого цвета отрезать небольшой кусочек, скатать в шарик. Под музыку отделять от шарика кусочки и размазывать по изображению ягод, листья раскрасить акварельной краской светло-зеленого цвета.

Упражнение 2 «Зеленые обитатели леса»

 Ход: Назовите лесных жителей – зверей, птиц, насекомых – зеленого цвета (зеленая ящерица, зеленая змея, лягушка, гусеница, бабочка, жучок, кузнечик и т. д.) . Сейчас каждый из вас превратится в любое зеленое существо, и когда зазвучит музыка, вы будете двигаться как ваши герои. То есть бабочка будет летать, кузнечики – прыгать, змеи-ползать, лягушка-скакать. Покажите, как вы будете двигаться. Хорошо! Когда музыка остановится, ваш герой должен замереть на месте. (Игра повторяется несколько раз).

 Упражнение 3

 Ход: Бархатную бумагу зеленого цвета нарезать на полоски длиной 15 см. Под музыку наклеить полоски на лист акварельной бумаги или картона, промежутки раскрасить пальчиковыми красками, смешав зеленую краску с желтой. Покажите ребенку, как смешивать краски, добиваясь нужных оттенков, как пользоваться палитрой.

**Голубой цвет**

Цель: используется при коррекции тревожности, агрессии, повышенной возбудимости.

 Упражнение 1

 Ход: На акварельной бумаге приклеить несколько кусочков ваты (облака). Под музыку «Звуки природы. Пение птиц» пальчиковой краской голубого цвета раскрасить небо. Покажите ребенку, как смешивать синий и белый цвета, чтобы получился необходимый оттенок голубого.

 Упражнение 2

 Ход: Подготовить 10 отрезков мулине голубого цвета. На листе акварельной бумаги или картона нарисовать несколько волнистых линий одну над другой. Под музыку наклеить нитки на линии, стараясь соблюдать форму.

**Игры с детьми «Цветотерапия»**

