

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
НАВЧАЛЬНО–НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ,
СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ І МИСТЕЦТВА**

Кафедра дошкільної освіти

Магістерська робота

**КОЛЬБОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ ДІТЕЙ
СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Виконала: студентка II курсу ОС «магістр»

Галузь знань: 01 – Освіта / Педагогіка

Напрямок підготовки: 012 «Дошкільна освіта»
(денна форма навчання)

Кармазіна Юлія Юріївна

Керівник: доктор пед. наук, доцент

Ніколаєску Інна Олександрівна

Рецензент: кандидат філософ. наук, доцент

Степанова Наталія Михайлівна

Черкаси – 2020

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ В ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	7
1.1. Поняття творчої уяви у філософській та психолого-педагогічній літературі.....	7
1.2. Особливості розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку.....	12
Висновки до 1 розділу.....	19
РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КОЛЬОРОТЕРАПІЇ ЯК ЕФЕКТИВНОГО ЗАСОБУ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ В ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	21
2.1. Сучасний стан розвитку кольоротерапії як педагогічна проблема.....	21
2.2. Використання кольоротерапії в закладі дошкільної освіти	27
2.3. Вплив кольорів на розвиток творчої уяви дітей старшого дошкільного віку.....	35
Висновки до 2 розділу.....	46
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ КОЛЬОРОТЕРАПІЇ	48
3.1. Критерії, показники та рівні розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.....	48
3.2. Програма розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.....	56
3.3. Творче використання вихователями засобів кольоротерапії в освітньому процесі закладі дошкільної освіти.....	72
Висновки до 3 розділу.....	79
ВИСНОВКИ	81
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	85
ДОДАТКИ	93

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасна українська держава має потребу у людях із високим рівнем культури, духовності, самобутності, із вмінням та здатністю реалізувати свій творчий потенціал. Процес розвитку творчої особистості починається задовго до її вступу до закладу професійної освіти. Підвалини такого розвитку закладаються ще у дитинстві, і дошкільне дитинство у цьому процесі відіграє не останню роль. Необхідність розвитку пізнавальної активності, творчості, творчої уяви дитини відображається у законодавчих актах України та в нормативно-державних актах України. У них акцентується увага на розвитку творчого мислення, фантазії, уяви дитини, її здатності до творення нового, на підтримці проявів у неї творчої ініціативи, активності, самостійності, на формуванні нахилів до дослідництва, експериментування, здатності до творення нового.

Усім цим питанням надавали вагоме значення також і вчені-психологи, педагоги, визначні методисти. Праці П. Блонського, Л. Венгера, Л. Виготського, В. Давидова, О. Духновича, О. Дьяченко, О. Запорожця, Д. Ельконіна, Є. Ігнат'єва, В. Крутецького, Д. Овсянико-Куликовського, М. Поддьякова, О. Потебні, Т. Рібо, С. Рубінштейн, С. Русової, Л. Толстого, К. Ушинського та інші, стосувалися розвитку у дітей активності, творчості, фантазії, уяви, починаючи із дошкільного дитинства. Як показали їх дослідження, уява виступає не лише у якості передумови ефективного засвоєння дітьми нових знань, але й вона сама є умовою творчого перетворення ними вже наявних у них знань, сприяючи саморозвитку особистості, тобто вона значною мірою визначає ефективність проведених навчально-виховних заходів. Праці багатьох провідних українських методистів (А. Богуш, М. Вашуленко, В. Мельничайко, Н. Орланова, О. Савченко, М. Стельмахович, В. Сухомлинський та ін.) свідчать про

усвідомлення ними важливості теоретичної і практичної розробки проблеми розвитку дитячої уяви, фантазії та творчості в цілому.

Сьогоднішній широкий інтерес до кольоротерапії перш за все пов'язаний з німецьким знахарем Хайнцем Шиглем, який в 1979 р. опублікував книгу по цій темі під назвою «Кольоротерапія». У ній детально розповідається про вплив кольору на загальний фізичний, емоційний та психічний стан людини. Російський лікар Олег Панков, що тридцять років займався вивченням дії світла і кольорових променів на організм людини, дійшов висновку про те, що колір і сонячне світло можуть замінити майже всі ліки.

Серед учених, які зробили свій внесок у вивчення і розуміння суті кольору – Гіппократ, Абу Алі ібн Сіна (Авіценна), Леонардо да Вінчі, Ісаак Ньютон, М. В. Ломоносов, О. І. Реріх, В. М. Бехтерев, Е. Герінг, Г. Гельмгольц, Р. Штайнер та ін. При цьому, найбільш значний внесок у формування кольоротерапії як методу лікування внесли такі дослідники: Й. В. Гете, Н. Р. Финсен, Ф. А. Попп, М. Люшер, П. Мандель, Ф. Паньямента. Так, велика заслуга Йоганна Вольфганга фон Гете і важлива суть його вчення про колір – вплив різних кольорів на психіку людини і опис основних колірних психотипів. Фінсен Нільс Рюберг пропонував лікування складних хвороб кольором та отримав Нобелівську премію миру з фізіології і медицини за дослідження в галузі світла і кольоролікування.

Мета роботи – обґрунтувати особливості використання кольоротерапії як засобу розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку.

Досягнення поставленої мети передбачає вивчення таких **дослідницьких завдань:**

1. На основі аналізу психолого-педагогічної, науково-методичної літератури та практики професійної підготовки фахівців з'ясувати сутність, зміст основних понять дослідження та схарактеризувати структуру творчої уяви дітей старшого дошкільного віку.

2. Охарактеризувати особливості впливу кольорів на розвиток творчої уяви дітей старшого дошкільного віку.

3. Визначити критерії, показники та рівні розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.

4. Продіагностувати стан розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.

5. Розробити програму розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.

Об'єкт дослідження – освітній процес закладів дошкільної освіти.

Предмет дослідження – зміст та методика використання кольоротерапії як засобу розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку.

У ході наукового пошуку було використано такі методи дослідження:

– теоретичні: аналіз і синтез психолого-педагогічної, навчально-методичної та спеціальної літератури із досліджуваної проблеми, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичних даних щодо функціонування педагогічного процесу закладу дошкільної освіти; аналіз нормативних документів; порівняння й узагальнення інформації для визначення стану проблеми і теоретичного обґрунтування особливостей використання кольоротерапії як засобу розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку;

– емпіричні: педагогічне спостереження, опитування дітей старшого дошкільного віку; педагогічний експеримент для перевірки ефективності програми розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.

Теоретичне значення роботи зумовлено тим, що з'ясовано стан розробленості проблеми розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку; обґрунтовано, розроблено й апробовано програму розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії; уточнено сутність феномену творчої уяви дітей старшого дошкільного віку; визначено

критерії, показники та рівні розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії.

Практичне значення роботи полягає в тому, що викладений матеріал створює базу дослідження і відкриває можливість для подальшого поглибленого вивчення теми. Узагальнено педагогічний досвід впливу сучасних здоров'язбережувальних технологій у ЗДО (кольоротерапія) на розвиток дитини дошкільного віку. Пропонована програма може бути використана студентами-практикантами, вихователями та методистами ЗДО, батьками тощо.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження оприлюднено на Міжнародній науково-практичній конференції «Розвиток професіоналізму сучасного педагога в постнекласичній парадигмі» (Черкаси, 2019). У статті «Кольоротерапія як засіб розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку», написаній у співавторстві з І.О. Ніколаєску, авторським внеском є аналіз перспективних напрямів у навчанні, вихованні й оздоровленні дітей з використанням кольоротерапії в дошкільних установах.

Обсяг та структура. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ В ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.2. Поняття творчої уяви у філософській та психолого-педагогічній літературі

Уява – це процес створення людиною нових образів на основі попереднього досвіду. Це психічний процес, який передбачає відхід від минулого досвіду, перетворення даного і породження на цій основі нових образів, які є продуктами творчої діяльності людини та прообразами для неї. Уява – це специфічно людський психічний процес, що виник і сформувався у процесі праці. Людина не може розпочинати виконувати будь-яку діяльність, попередньо не уявивши її результат.

Уява – основа наочно-образного мислення. Уява дає змогу орієнтуватися в ситуації без застосування практичних дій. З уявою в практичній діяльності людей пов'язують процес художньої творчості.

Існують індивідуальні, типологічні особливості уяви (пов'язані зі специфікою п'яматі, сприймання і мислення). В одних людей переважає конкретне, образне сприймання світу (художній тип), у інших – оперування абстрактними символами, поняттями (розумовий тип) [5, с. 42].

Уява виконує ряд специфічних функцій:

1. Представляє дійсність в образах (уява пов'язана з мисленням і органічно входить до його складу). Уява активізує наочно-образне мислення.
2. Регулює емоційні стани (за допомогою уяви деякою мірою задовольняються потреби, знімається напруження).
3. Довільно регулює пізнавальні процеси і стани людини (за допомогою образів людина може керувати сприйманням, спогадами, висловлюваннями).
4. Створює і реалізує внутрішній план дій (спроможність виконувати їх «про себе», маніпулювати образами).

5. Планує та програмує діяльність і поведінку. Керує фізіологічними станами (ритм дихання, частота пульсу, кров'яний тиск). Уява лежить в основі аутотренінга, ідеомоторних актів (уява про рух викликає у людини саме рух, який не контролюється ні органами чуття, ні свідомістю) [11, с. 33].

Залежно від участі волі в діяльності уяви її поділяють на мимовільну та довільну. Мимовільна уява характеризується тим, що створення нових образів відбувається без спеціальної мети уявити певні об'єкти чи події. Довільна уява представляє створення образів з постановкою мети, спостерігається переважно у творчій діяльності людини.

Художня уява має переважно чуттєві (зорові, слухові, дотикові тощо) образи, надзвичайно яскраві й детальні. Технічна уява – створення образів просторових відношень у вигляді геометричних фігур і побудов, їх легке дисоціювання та об'єднання в нові сполучення, уявне перенесення їх у різні ситуації. Образи технічної уяви найчастіше реалізуються у креслення, схеми, на основі яких потім створюються нові машини, об'єкти. Наукова уява – побудова гіпотез, проведення експериментів, узагальнення, що їх роблять при створенні понять [17, с. 55].

За характером продуктивності виділяють: відтворюючу уяву – продукти якої вже були відомі раніше та творчу уяву. Творча уява включається у творчу діяльність і допомагає людині створювати нові оригінальні образи. Буває художньою, технічною, науковою. Художня уява має переважно чуттєві (зорові, слухові, дотикові та ін.) образи, надзвичайно яскраві й детальні. Технічна уява – створення образів просторових відношень у вигляді геометричних фігур і побудов, їх легке дисоціювання та об'єднання в нові сполучення, уявне перенесення їх у різні ситуації. Образи технічної уяви найчастіше реалізуються у креслення, схеми, на основі яких потім створюються нові машини, об'єкти. Наукова уява – побудова гіпотез, проведення експериментів, узагальнення, що їх роблять при створенні понять [14, с. 105].

За ступенем активності визначають пасивну і активну уяву. Пасивна уява виявляється в ілюзіях, у фантазуванні, яке не має усвідомленої мети. Активна уява, відбувається в рамках творчої діяльності, підкореній певній меті. Різновидом активної уяви є мрія – процес створення людиною образів бажаного майбутнього [18, с. 86].

Процеси уяви мають аналітико-синтетичний характер. Синтез уявлень у процесах уяви здійснюється у таких формах:

1. Аглотинація – створення нового образу на основі сполучення елементів, узятих з різних об'єктів.
2. Гіперболізація характеризується збільшенням предмета чи кількості його частин.
3. Літота – характеризується зменшенням предмета.
4. Підкреслення (загострення) – акцентування певної частини образу або якості. Відтворюваний образ набуває особливої виразності.
5. Схематизація використовується для зглажування розбіжностей між порівнюваними об'єктами.
6. Типізація – виділення істотного в однорідних об'єктах і втілення його у новому образі, який поєднує їх суттєві риси [22, с. 175].

Індивідуальні особливості особистості, її потреби, інтереси, знання, уміння, зміст основної діяльності позначаються на уяві, надаючи їй індивідуальної своєрідності. Вона виявляється в різній широті та змістовності уяви, перевазі певних видів уявлень, їх силі, яскравості, різній дієвості. Чим багатший досвід людини, чим ширше у неї коло потреб, інтересів, знань, тим ширша та багатша за своїм змістом уява, і навпаки. У зв'язку з цим говорять про широку і вузьку, багату і бідну фантазію людей. Залежно від основного напрямку діяльності людини її уява найбільше виділяється в якійсь певній галузі: у конструктивній, художній чи літературній творчості, у практичній діяльності тощо. Індивідуальні особливості уяви виражаються також і в перевазі у різних людей тих чи інших уявлень (зорових, слухових тощо) [21, с.59]. Наприклад, в уяві

художника переважають зорові образи форм і кольорів, в уяві конструктора – зорові образи, що виражають геометричні та конструктивні відношення. Індивідуальні відмінності виявляються і в тому, що уява одних людей є більш різноманітною за змістом, а в інших – односторонньою. Люди розрізняються за швидкістю, легкістю перетворення наявних вражень у нові образи. Одні бувають скуті ситуацією, інші - легко перетворюють враження, одержані в дійсності. Сила, яскравість, динамічність образів уяви пов'язана з емоційними рисами людей, в них відображаються особливості нервових процесів, що протікають в головному мозку, а також співвідношення між першою і другою сигнальними системами [4, с. 42].

Уява людини не залишається однаковою протягом всього життя: розвиваючись, вона зазнає істотних змін. Перші прояви уяви виникають у дітей на третьому році життя. У цей період у дитини вже є певний досвід, який дає матеріал для роботи уяви. Особливо яскраво вона розквітає у грі дітей. У грі діти в доступній для них формі оволодівають діяльністю дорослих. Відсутність реальних предметів і можливостей оперування ними не стає перешкодою для гри дітей. На виручку приходить уявлювана ситуація, що нерідко створюється при допомозі слова «ніби». Образ фантазії стає програмою ігрової діяльності (навести приклади). Сюжетно-рольові ігри розкривають широкі можливості для розвитку фантазії, вони допомагають дітям виробляти і закріплювати цінні особистісні якості (сміливість, кмітливість, рішучість тощо). У дошкільному віці відбувається поступове перетворення уяви дитини в діяльності, що потребує зовнішньої опори, в самостійну внутрішню діяльність, яка дозволяє здійснювати самостійну елементарну творчість. Це закладає основи для майбутньої творчої діяльності в дорослому віці [1, с. 345].

Отже, уява є складовою пізнавальної діяльності людини, однак вона відрізняється від інших пізнавальних психічних процесів. Зокрема, уява відрізняється від сприймання. Уява – це процес створення людиною на основі попереднього досвіду образів об'єктів, яких вона ніколи не

сприймала. Образи уяви не завжди відповідають реаліям, в них є елементи фантазії.

Творча уява, на відміну від відтворюючої, передбачає самостійне створення нових образів, які реалізуються в оригінальних і цінних продуктах діяльності. Вивчення і аналіз наукових джерел з проблеми дослідження показав, що серед дослідників творчої уяви відсутня єдність й щодо виділення фундаментальних функцій творчої уяви. Так, різні автори виділяють: евристичну функцію (Л. Виготській, С. Рубінштейн, І. Розет), яка сприяє вирішенню проблеми шляхом перетворення її наочного змісту; прогностичну (Я. Неверович, О. Запорожець), в рамках якої, на думку Р. Натадзе, уява детермінує діяльність людини за допомогою настановної дії; комунікативну (В. Мухіна, Н. Сакуліна, В. Льовін); захисну (З. Фрейд, К. Хорні та ін.).

Зазначимо, що найбільш поширеними функціями, які називають науковці, є три функції уяви, найбільш ґрунтовно описані Л. Виготським: пізнавальна, емоційна і виховна. Однак, не менш цінними для нашої роботи є функції творчої уяви дітей, які виокремлює І. Тітов: ціле- та смислоутворювальна (формування нових цілей навчальної діяльності шляхом встановлення їхнього внутрішнього смислового зв'язку з мотиваційно-смисловою сферою особистості дитини, із значущими для неї відношеннями та її досвідом), моделююча (осмислене створення в контексті організації спільних з педагогом та однолітками навчальних дій образів (моделей) предметного матеріалу, змістом яких виступає суперечлива єдність загального та одиничного, необхідного та випадкового), перетворювально-евристична (забезпечення різнопланових та багаторазових перетворень різних за ступенем узагальненості та динамічності образів, що призводить до відкриття суб'єктивно нових властивостей дійсності), регулююча (рефлексивний контроль, оцінка та корекція дитиною власних дій та вчинків, що зумовлює конструктивну спрямованість навчальної діяльності) [29, с. 134].

Отже, творчу (продуктивну) уяву дитини старшого дошкільного віку ми розуміємо як процес і результат самостійного створення дитиною нових образів, уявлень, ідей, включених у процес творчої діяльності, тобто діяльності, яка дає в результаті оригінальні, цінні, суб'єктивно значущі продукти. Окрім того, зазначений продукт може бути створеним на основі образів сприйняття, пам'яті, а також знань, набутих дитиною у процесі життєдіяльності, однак мати по відношенню до них ознаки новизни. При цьому саме творча уява дозволяє дитині приймати рішення і знаходити вихід з проблемної ситуації за відсутністю необхідних знань. До якісних результативних характеристик творчої уяви ми відносимо метафоричність створеного образу, розробленість образу, індивідуалізованість образу.

1.2 Особливості розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку

У закладі дошкільної освіти дитина переходить до систематичного засвоєння основ наук, наукових понять, що спричиняє особливий розвиток пізнавальної сфери дошкільника.

У дітей старшого дошкільного віку помітно вдосконалюються пізнавальні процеси. На 25-30% поліпшується гострота зору, розрізнення кольорів та їх відтінків (улюблені кольори - червоний і синій), розвивається фонематичний слух, рука використовується як орган активного дотику і практичної дії. Підвищується чутливість аналізаторів, що є результатом засвоєння дітьми суспільного досвіду.

Активнішим, довільнішим, цілеспрямованішим є сприймання у дітей старшого дошкільного віку. Упродовж дошкільного віку збільшується тривалість розглядання зображень (від 6 до 12 хв.), дитина поступово вчиться керувати своїм зором, рукою, використовує спеціальні прийоми детального обстеження предмета. Змінюється роль розумових процесів: пізнаючи предмети, діти старшого дошкільного віку порівнюють їх, використовуючи

наявні знання, обґрунтовують свою думку, однак при цьому не завжди вміють відокремити те, що бачать, від того, що знають про об'єкт. Вони все частіше зауважують зміни у довкіллі без спеціальних запитань дорослих [66, с. 156].

Як і раніше, активно розвивається наочно-дійове мислення. До завершення дошкільного віку формується образно-мовне мислення (спирається на образи уявлень і реалізується за допомогою слів), яке поступово набуває певної самостійності (відокремлюючись від практичних дій, переходить у власне розумовий процес, спрямований на розв'язування пізнавальних завдань). У зв'язку з цим підвищується роль мовлення, за допомогою якого діти починають мислити подумки, оперувати різними об'єктами, зіставляти їх, розкривати властивості і зв'язки, розмірковувати. Основним у цей період є наочно-образне мислення, зароджується логічне.

Інтенсивно збагачується словник у дітей старшого дошкільного віку(3000-5000 слів). Крім іменників і дієслів, вона вживає прикметники, прислівники, вставні слова, значно краще володіє граматичною будовою мови, структурою простих і складних речень. Триває розвиток і внутрішнього мовлення, яке стає способом становлення і формою функціонування внутрішніх розумових дій. Його поява свідчить про розвиток словесно-логічного мислення, яке, виокремлюючись із практичної діяльності, стає більш абстрактним і узагальненим.

До старшого дошкільного віку у дітей помітно розширюються можливості пам'яті: збільшується її обсяг, тривалість збереження і точність відтворення інформації. У 6-7-річних дітей домінує смислова пам'ять, завдяки якій вони запам'ятовують значно більше, ніж раніше. Характерна особливість пам'яті дошкільника полягає у легкому запам'ятовуванні того, що викликає сильне враження, тому потрібно бути дуже тактовним у спілкуванні з ним, щоб необережним словом не відмежувати потрібних для нього і його розвитку об'єктів. Важливо, щоб діти весь час збагачувалися зрозумілими, корисними знаннями, потрібними їм для ігор, бесід, малюнків,

без яких неможливий їх подальший розумовий і моральний розвиток. Старші дошкільники вже можуть використовувати прийоми запам'ятовування, намагаються зрозуміти матеріал, повторювати його. Однак мимовільне запам'ятовування і надалі залишається найпродуктивнішим [79, с. 130].

Увага у дошкільників ще дуже нестійка, незначна також і здатність зосереджуватися: вони часто відволікаються з будь-якого приводу. Попри те, у дітей старшого дошкільного віку починає розвиватися довільна увага: дошкільники вже виокремлюють потрібні для їхньої діяльності об'єкти, вчать бути уважними. Водночас розвивається та набуває більшої стійкості і обсягу мимовільна увага, яка переважає в цьому віці. Дітям важко зосередитися на одноманітній і малопривабливій для них діяльності. Вони здатні утримувати увагу на інтелектуальних завданнях, однак, при цьому швидко виснажуються.

Уява дошкільників характеризується багатством проявів: її образи яскраві, наочні, емоційно насичені, але недостатньо керовані. Розвивається вона через поступове підкорення свідомим намірам, перетворення їх на засіб відтворення певних задумів [10].

Удосконалюється психічна діяльність дитини. Наприкінці дошкільного віку багато психічних процесів контролюються свідомістю. Дитина довільно регулює свої рухи і вчинки, що є істотним показником її загального розвитку, свідченням готовності до навчання у школі. Однак ця саморегуляція у дітей старшого дошкільного віку ще недосконала: вони часто порушують дисципліну, їх поведінка піддається миттєвим бажанням, рухи досить імпульсивні. З огляду на це дорослі повинні постійно дбати про формування у дитини організованості, зібраності, дисциплінованості.

У процесі пізнання навколишньої дійсності, участі у різних видах діяльності збагачується емоційне життя дошкільника, відбуваються зміни у сфері моральних почуттів, які поглиблюються і чіткіше проявляються. Дитина починає не лише розуміти моральний зміст дій, а й відповідно переживати їх. Під впливом виховання формуються почуття дружби,

товаришування, взаємодопомоги, співчуття, розвивається відповідальне ставлення до дорученої справи. Старший дошкільник починає усвідомлювати почуття обов'язку, необхідність і загальнообов'язковість правил суспільної поведінки, починає підпорядковувати їм свої дії і вчинки, виявляти належну самооцінку. У цей період важливо не допустити формування неадекватної (завищеної, заниженої) самооцінки. Діти старшого дошкільного віку вже переживають почуття патріотизму.

Характерна особливість психіки дошкільників - висока емоційна збудливість, нестриманість, недостатня емоційна стійкість. Їх почуття, переживання то швидко змінюються, то набувають певної стійкості. Водночас діти нерідко старанно намагаються регулювати прояви своїх емоцій.

За допомогою спеціальних вправ і прийомів можна розвивати уяву. У творчих видах праці - наука, література, мистецтво інженерія тощо, розвиток уяви, природно, відбувається в заняттях даними видами діяльності.

У психології пізнавальних процесів не вироблено єдиного способу розвитку уяви. У кожному з пропонованих способів, авторами підкреслюються ті сторони, які, на їх думку, є найбільш яскравими і важливими рисами уяви, що відрізняють її від інших психічних процесів.

Ось вже майже сторіччя дитяче малювання викликає інтерес численних дослідників. Представники різних наук підходять до вивчення дитячого малюнка з різних боків. Психологи через дитяче малювання шукають можливість проникнути в своєрідний внутрішній світ дитини. Педагоги шукають оптимальні шляхи навчання, сприяючі всебічному розвитку дітей [2].

Уява і фантазія - це найважливіша сторона життя дитини. Засвоїти яку-небудь програму без уяви неможливо. Вона є вищою і необхіднішою здатністю людини. Разом з тим саме ця здатність потребує особливої турботи в плані розвитку. А розвивається уява особливо інтенсивно у віці від 5 до 15 років. І якщо в цей період уяву спеціально не розвивати, то в подальшому

наступає швидке зниження активності цієї функції. Разом із зменшенням здатності фантазувати у дітей збіднюється особистість, знижуються можливості творчого мислення, гасне інтерес до мистецтва, до творчої діяльності. Для того, щоб розвивати творчу уяву у дітей, необхідна особлива організація образотворчої діяльності [20].

Діти малюють те, про що думають, що привертає їх увагу, вкладають в те, що відображає своє відношення до нього, живуть в малюнку. Малювання - це не тільки забава, але і творча праця. Так що ж це таке "образотворча діяльність", або, іншими словами, малювання? Перш за все - одне з перших і найбільш доступних засобів самовираження дитини. При цьому в роботу включаються зорові, рухові, мускульно-тактильні аналізатори. У образотворчій діяльності виявляється своєрідність багатьох сторін дитячої психіки. Малювання допомагає нам краще і більше дізнатися про дитину, дає можливість отримати матеріал, що розкриває особливості мислення, уяви, емоційно-вольової сфери. Не говорячи вже про те, яку користь приносять заняття малюванням, розвиваючи пам'ять і увагу, мову і дрібну моторику, привчаючи дитину думати і аналізувати, порівнювати, складати і уявляти.

Наслідуючи діям дорослих, дитина вже в ранньому дитинстві починає маніпулювати олівцями і папером, створюючи карлючки. Це період до творчої діяльності. Малюнок з'являється, коли дитина зв'язує деякі з своїх карлючок з предметами і спеціально створює уявні об'єкти. Словесне формулювання наміру є початком образотворчої діяльності.

Значний стрибок в розвитку, як самої дитини, так і малювання, відбувається в дошкільному віці. Під впливом дорослих з'являються зображення будинків, дерев, квітів, машин. Дитина долає шаблони і починає малювати те, що їй цікаво. Все, що тільки вона здатна уявити, представити в своїй уяві, дитина намагається намалювати. У багатьох спостерігається інтерес до фантастичного світу, вони малюють чарівників, принцес, фей, чаклунів т.п [3].

Діти малюють і те, що відбувається в реальному житті дорослих. Малювання, як і гра, допомагає дитині освоїти його соціальне оточення, світ, в якому вона живе.

За методикою домальовування контурних зображень частин предметів (наприклад, зламаної гілки, осколка розбитої вази тощо) або простої геометричної фігури (кола, квадрата, трикутника) можна вивчити особливості розвитку у дітей уяви (О. Дяченко), визначивши тип розв'язування завдання - домалювати, щоб у результаті отримати картину.

Всі необхідні якості уяви (широта, довільність, стійкість, яскравість, оригінальність) виникають не спонтанно, а при умові систематичного впливу з боку дорослих. Вплив повинен збагачувати і уточнювати сприйняття і представлення дитини про навколишній світ, а не зводитися до "нав'язування" їй готових тем. Дитині потрібно допомагати знайомитися з дійсністю, щоб її зображати, розвивати здатність оперувати образами, щоб створювати на їх основі нові. Важливо формувати у дітей пізнавальні інтереси [7].

Якщо ж цю роботу з ним не проводити, то і уява значно відставатиме в розвитку. В результаті до початку шкільного навчання дитина може виявитися не готовою до засвоєння навчального матеріалу, вимагаючого достатньо сформованого рівня уяви. До цього віку вже повинні з'явитися такі психічні утворення, як довільність, внутрішній план дій, рефлексія. Завдяки цим новоутворенням з'являється і якісно новий вигляд уяви - довільна уява. Зростає цілеспрямованість, стійкість задумів, образи уяви наочні, динамічні і емоційно забарвлені. Присутня творча переробка уявлень [12].

Уява є психічним процесом створення людиною нових образів на основі її попереднього досвіду. Вона належить до вищих пізнавальних процесів і зумовлюється різноманітними потребами, які виникають у житті людини, насамперед, її потребою у зміні певних предметів у навколишньому світі. Коли людина лише розпочинає роботу, вона вже уявляє або намагається уявити її остаточний результат [2, с. 204]. Уява пов'язана з образами,

уявленнями. Продукт уяви оформлюється за допомогою знаків, тобто вербально (наприклад, фантастичний твір), у вигляді опису, тексту тощо. Учені притримуються думки, що уява виникла у людини тоді, коли у людини з'явилась потреба передбачити результат своєї праці, а також пояснити незрозумілі події або явища природи. За допомогою уяви людина може виходити за межі реального світу, переміщуючи речі та події в минуле, майбутнє, в інші світи та простори [4, с. 315].

Уява як психічна діяльність, що полягає у створенні образів, уявлення предметів, ситуацій, які в дійсності не сприймалися людиною, пов'язана із знаковою функцією свідомості – кодуванням візуальної інформації за допомогою схем, фігур та більш складніших умовних знаків. «Розвиток знакової функції свідомості відбувається так:

1) заміщення одних предметів іншими чи їх зображеннями, а далі – використання мовних, математичних та інших знаків, оволодіння логічними формами мислення;

2) поява та розширення можливостей доповнювання і заміщення реальних речей, ситуацій, подій уявними, вибудовування з уявлень нових образів» [5, с. 158].

Л. Виготський писав, що уява, як основа будь-якої творчої діяльності, однаково проявляється в усіх аспектах культурного життя, що робить можливим художню, наукову, технічну творчість. В цьому розумінні все, що нас оточує і що зроблено рукою людини, весь світ культури, на відміну від світу природи, – все це є продуктом людської уяви та творчості [1, с. 5].

Т. Дуткевич вважає, що уява становить певний відхід від безпосередньо даного, від оточуючої реальності, але у ній все одно завжди зберігається зв'язок із дійсністю [3]. Дошкільний вік є сенситивним для розвитку уяви. Дитяча уява розвивається у грі та у продуктивних видах діяльності. Уява у своєму розвитку спирається на такі пізнавальні процеси, як сприймання та пам'ять. Образи сприймання закріплюються у пам'яті людини у формі уявлень. Тобто передумовою розвитку дитячої уяви є вміння оперувати

уявленнями. Така здатність з'являється пізніше, ніж самі уявлення. Г. Люблінська наводить такі етапи у розвитку уявлень: впізнавання, тобто образи уявлень виникають лише при повторному сприйманні відповідного предмета; спричиненого відтворення, в основі якого лежать асоціації за схожістю або суміжністю, і уявлення виникає під впливом опису, загадок; мимовільного використання, коли зростає керованість уявлень і дитина може вже викликати їх навмисне, щоб використати у грі, малюванні, описах; творче відтворення у вигляді комбінування уявлень та їх елементів із створенням нових образів» [6, с. 181]. Простір дитячій пізнавальній активності, самостійності, ініціативності та творчості надає підтримка дорослого, він заохочує найменші прояви фантазії дитини, спонукає її до вираження власної позиції.

Отже, розвиваючи уяву з раннього дитинства, ми не тільки удосконалюємо пізнавальні процеси і здібність до творчості, але і формуємо особистість дитини.

Висновки до 1 розділу

Розвиток і виховання підростаючого покоління, формування гармонійної особистості – пріоритетна мета побудови нового демократичного суспільства. Це визначає вимоги до системи дошкільного виховання, що повинно ґрунтуватись на врахуванні індивідуально-психологічних якостей особистості дитини.

Уява – це психічний процес створення нових образів на основі раніше сприйнятих. Уява являє собою відображення реальної дійсності в нових незвичних поєднаннях і зв'язках. Вона займає проміжне положення між сприйняттям і мисленням, мисленням і пам'яттю. Це одне з найзагадковіших психічних явищ. Уява може функціонувати на різних рівнях. Їх відмінність визначається насамперед активністю людини.

У дітей старшого дошкільного віку з'являються елементарні обов'язки, змінюється її життя, зміст і форми спілкування з людьми, що породжує нові потреби, інтереси й наміри. Від спільної з дорослими діяльності діти переходять до самостійного виконання їх вказівок. Водночас зростає інтерес, прагнення долучитися до діяльності, взаємин дорослих. Виникають нові відносини з однолітками, бажання погратися разом, розповісти щось цікаве товаришеві, попрацювати з ним, допомогти йому. Сформовані до цього віку якості особистості забезпечують нормальний перехід дитини до шкільного життя. На основі їх сформованості можна робити висновок про готовність малюка до навчання в школі.

РОЗДІЛ 2

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КОЛЬОРОТЕРАПІЇ ЯК ЕФЕКТИВНОГО ЗАСОБУ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ В ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Сучасний стан розвитку кольоротерапії як педагогічна проблема

Кольоротерапія – це цілеспрямований вплив кольором на самопочуття, фізіологію людини; активізація кольором діяльності органів і систем; метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тону за допомогою кольорів.

Енциклопедія освіти кольоротерапію визначає, як «один із різновидів арт-терапії, лікувально-профілактична й корекційна діяльність з використанням кольору» [9].

Учений О. Вознесенська в одній із своїх статей дає таке тлумачення «кольоротерапія – це метод зцілення за допомогою кольору, що застосовується у психотерапії, психосоматичних клініках та в соціальній сфері» [3].

Кольоротерапія достатньо новий метод роботи з людьми. Колірні сприйняття є важливими враженнями зовнішнього світу, і проблема впливу кольору на людину далеко ще не вирішена. І ми ще недостатньо знаємо про колір як органічну систему, яка постійно впливає на нас. Тож спочатку розглянемо поняття «кольоротерапія». Енциклопедія освіти кольоротерапію визначає, як «один із різновидів арт-терапії, лікувально-профілактична й корекційна діяльність з використанням кольору» [9].

Насправді, ще у Стародавньому Єгипті, Китаї, Тибеті, Греції, доколумбовій Америці знали про силу кольору і широко використовували її. Наприклад, стіни храмів, де єгипетські жреці лікували людей, були пофарбовані в темно-сині, фіолетові чи блідо-рожеві тони, які сприятливо

впливали на хворих і пришвидшували їх одужання. Також люди помітили, що колір потужно діє на людину. Спеціальне забарвлення, що наноситься на тіло воїна і його зброю, змушувало противника відчувати страх; кольори, що підбиралися для одягу царів і жерців, говорили про їх могутність, викликали захоплення та поклоніння. У стародавньому Єгипті знали про силу і вплив кольору і навіть споруджували в деяких храмах кольорові зали. У храмах використовували великі вітражні вікна, через які потрапляли різнокольорові цілющі промені. У них вивчали застосування кольору і вчили лікування. Також один з методів кольоротерапії полягав у наступному: у посудини з фруктовим соком, що містить, за уявленнями єгиптян, енергію бога сонця Ра, клали дорогоцінні камені того ж кольору, що й фруктовий сік. Насичений таким чином напій давали хворим [23].

Хоча є безліч свідчень про вивчення кольору в стародавні часи (від часів фараонів до середньовічних алхіміків) загально прийнято вважати початком істинно наукових досліджень у цій галузі роботи І. Ньютона. Він розклав за допомогою призми білий колір на складові і довільно виділив сім основних кольорів спектра. Сер Ісаак був людиною релігійною і тому розділив безперервний ряд спектра не на п'ять чи дев'ять, а саме на сім частин. Однак, цим він викликав великі труднощі, так як натуральне число сім не ділиться ні на яке інше, за винятком одиниці і себе самого, а значить, всяка класифікація кольорів виявилася неможливою. Крім того, Ньютон розташовував кольори в один рядок (або стовпчиком), що теж ускладнювало систематизацію.

Вихід був знайдений в 1735 р., коли Кастель здогадався розташувати кольори по колу, утворивши так зване хроматичне коло. Розміщення кольорів по колу відразу ж викликало за законом симетрії необхідність у поділі його на парну кількість секторів. Тож відтоді хроматичне коло ділилось спочатку на шість частин (коло Гете), а потім – на вісім. Дуже важливим було питання про виділення основних і додаткових кольорів. Великий Г. Гельмгольц запропонував трикомпонентну структуру кольоробудування. Він вважав, що в зоровій системі існують фоторецептори

тільки трьох типів, які сприймають червоний, жовтий і синій кольори. При роздільному їх подразненні утворюється сприйняття тільки цих кольорів, а при поєднаних - сприйняття інших (наприклад, жовтий + синій = зелений, червоний + жовтий = оранжевий). Дійсно, сучасні дослідники виявили, що в колбочках ока людини існує три типи фотопігментів, які мають чутливість до світла з довжинами хвиль 448, 528 і 567 нм, що відповідає синій, жовтозеленій і червоно-помаранчевій частинам спектру [12].

На противагу Гельмгольцу інший дослідник, Е. Герінг, в 1874 р. створив чотирикомпонентну систему кольорів. Він виділяв шість кольорів, два з яких були ахроматическими (що не містять кольору) - чорний і білий, а чотири - хроматичними (що містять колірний тон): червоний, жовтий, зелений і синій. Герінг вважав, що у людини є три канали колірного сприйняття: чорно - білий, червоно - зелений та жовте - синій, кожен з яких проводить «свій колір». Розбіжності між прихильниками трикомпонентної системи Гельмгольца і прихильниками чотирикомпонентної системи Герінга були вирішені не так давно зусиллями вчених багатьох країн. На втіху обох сторін було встановлено, що правда була в навчаннях обох великих дослідників. Фоторецептори ока дійсно сприймають кольори по системі Гельмгольца. А сприйняття кольору в мозку формується за трьома так звані «опонентними хроматичними осями», які являють собою ті самі колірні канали, про які говорив Герінг.

Основи сучасної систематизації кольорів були закладені в минулому столітті після того, як В. Освальд перевів зображення кольорів з площини у простір, зробивши його об'ємним. Для колірної класифікації він запропонував використовувати фігуру у вигляді подвійного конуса, вертикальну ось якого складають ахроматичні чорні, сірий і білий кольори, а основу - чисті хроматичні червоний, жовтий, зелений і синій колір. У дещо зміненому вигляді ця система була прийнята в 1931 р. Міжнародною Радою з освітлення під назвою «колірного тіла Менселла» (по імені вченого, що його запропонував). Це було дуже важливе рішення, тому що воно

дозволило визначити у назві всі фізичні властивості будь-якого кольору - його хроматичний тон, насиченість і світ. Це дало можливість фахівцям різних країн однаково називати кольори в науці, мистецтві, техніці та промисловості. При сучасній системі міжнародного поділу праці дуже важливо, щоб визначаючи кольори, люди уявляли їх абсолютно однаково [46].

Практика кольоротерапії стала приходити в занепад в Середні віки, саме тоді, коли розцвіли і привернули до себе увагу інші гілки медичної науки: гомеопатія, алопатія. Кольоротерапія пішла на задній план.

У різних куточках земної кулі впродовж сторіч у людей склалися асоціації з тим або іншим кольором. Римляни співвідносили чорний колір з сумом, білий колір з чистотою, у Китаї та Японії білий колір- символ скорботи, у населення Південної Африки червоний - колір біди, в Бірмі печаль асоціюється з жовтим, в Ірані - з синім [4].

Колір – це світло. До такого висновку дійшов англійський фізик і математик І. Ньютон під час проведення дослідів з дослідження кольорового спектру. Він, перебуваючи у себе вдома в темній кімнаті, прочинив вікно і пустив маленьку смужку світла. Помістивши скляну призму по ходу промінчика світла, він виявив, що світло заломлюється і розбивається на шість кольорів спектру, які ставали видимими, потрапляли на прилеглу стіну.

Кілька років тому інший англійський фізик Т. Юнг провів зворотний експеримент і встановив, що шість кольорів спектру можна звести до трьох основних: зеленого, червоного і синього. Потім він узяв три лампи і спроектували промені світла через фільтри цих трьох кольорів: зелений, червоний і синій промені з'єдналися в один білий промінь. Т. Юнг відтворив світло. Він також класифікував кольори спектру як первинні і вторинні [8].

Поняття кольоротерапії відбувається з встановленої античними вченими взаємозв'язку між кольором і емоціями людини. Наші предки широко використовували лікування кольором. Але кольоротерапія як наука бере початок з відкриття англійських вчених Ч. Дауна та Л. Блунта в 1877 році

терапевтичних властивостей ультрафіолетових променів, за допомогою яких лікували шкірні захворювання і рахіт [25].

Важливим кроком у розвитку науки стали праці американських вчених Е. Бабіти і Плізанта, в яких описано лікувальний вплив кожного кольору спектру. Так, Е. Бабіт рекомендував лікувати червоним кольором безпліддя, блакитним - нервові розлади, а жовтим користуватися як проносний засіб.

Російський учений В. Бехтерев також займався вивченням питання про взаємодію органів людського тіла й колірних променів. Досліджуючи вплив колірних відчуттів людини на швидкість психічних процесів, що протікають в організмі, зробив висновки, що жовтий колір не впливає на нашу психіку, зелений уповільнює реакції, фіолетовий гнітить психологічні процеси, блакитний чинить гальмівну дію, рожевий активізує стан людини при пригніченому і психічному пригнобленню [16].

У 1903 р. доктор Н. Фінсен отримав Нобелівську премію за відкриття методу лікування синім і червоним кольором. Доктор Н. Фінсен запропонував опромінювати синім світлом немовлят, які хворіли на жовтяницю, що дало змогу уникнути травматичного й ризикованого методу лікування цих хворих – переливання крові. Синє світло проникає через шкіру й руйнує зайвий білий рубін, який печінка дитини не спроможна переробити. За допомогою синього кольору стали лікувати безсоння, знімати біль, знижувати артеріальний тиск. Опромінювання червоною чи синьою лампою полегшує ревматичний біль, допомагає уразі артриту. На червоних простирадлах легше відбувається перебіг таких хвороб, як скарлатина та віспа [16].

Швейцарський фізик-інженер П. Мандель осучаснив стародавню східну науку, створивши прилад для лікування кольором -- апарат Манделя. Прилад Манделя можна придбати в аптеках багатьох європейських країн. Концентроване проміння того чи того кольору безболісно проникає крізь шкіру через спеціально вибрані акупунктурні точки. Тобто П. Мандель

знайшов спосіб за допомогою кольору підправляти інформацію, яку мозок передає клітинам. Але спочатку треба «підправити» сам мозок.

Це називається «гармонізацією». Дослідження Манделя показали, що хвороби, пов'язані зі стресами, які спричинюють психосоматичні захворювання, а лікарі стверджують, що 80-90% хвороб належать до психосоматичних, можна легко усунути за допомогою регулювання інформаційного потоку. На його переконання, будь – яке лікування треба починати саме з цього. Тепер, за наявності апарата Манделя, на це потрібно небагато часу. Фахівець з кольоротерапії застосовує цю професійну колірну лампу, яка випромінює п'ять різних кольірних потоків. При лікуванні використовуються потоки променів одного певного відтінку. Колір вибирається залежно від частоти коливань і його впливу на внутрішні органи конкретного пацієнта. Таким чином, йде цілеспрямована дія джерелом світла на весь організм. Один сеанс триває приблизно годину. Курс лікування в більшості випадків продовжується до декількох тижнів.

Очевидно, що в наші дні практика цієї науки набула найбільшого поширення в США. Успішні експерименти в цій галузі справляють на людей настільки сильне враження, що інші способи терапії відступають. Настав момент, коли уряд США зробив кроки до офіційної заборони застосування кольоротерапії. Пізніше вона стала активніше розвиватися в країнах Європи. Багато лікарів, що застосовують сучасні методи лікування, взяли на озброєння і принципи кольоротерапії. Проводилися дослідження високого рівня, було написано кілька книг з цього предмета. У міру того, як зростає довіра й інтерес до неї, система кольоротерапії розвивається і знаходить собі все більш широке застосування [5].

Далі колір ще більше досліджують і відкривають все нові можливості впливу кольору на людину. Кольоротерапія зараз дуже бурхливо вивчається і стає більш відомою як метод роботи з людьми.

Отже, кольоротерапія – це метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тону за допомогою кольорів.

2.2. Використання кольоротерапії в закладі дошкільної освіти

У сучасному світі кольоротерапія – це один з розділів психотерапії. Методів колірної впливу-безліч. Це може бути і медитація на колір, і кольорорелаксація. Кожен колір по-різному впливає на наше самопочуття, випромінює абсолютно різну, свою енергію, а також впливає на наш розумовий, фізичний та психічний стан.

Крім того, кожен колір має свою частоту і ідеально підходить частоті певного органу тіла. Людина з хорошим здоров'ям однаково гармонійно сприймає всі кольори. Кожен народ має свій, властивий йому, колір: німці – сірий, англійці – чорний, французи – світло-сірий, іспанці та італійці – світло-жовтий, слов'янські народи – червоний з відтінками та зелений. Голосні звуки нашої мови теж мають певні кольори: а – білий, е – жовтий, й – червоний, у – коричневий, о – сірий. Звуки музики теж зафарбовані в певний колір – від темного до білуватого.

У 1910 р. видатний композитор Скрябін створив кольоромузику (при звучанні ноти світиться певний колір). Фахівці, дослідивши творчість видатних музикантів, дійшли висновку, що музика має колірне забарвлення:

- Твори Бетховена – синього кольору;
- Мендельсона – світло-рожевого;
- Шумана – зеленого;
- Чайковського – блакитного;
- Прокоф'єва – золотисто-коричневого.

Розповсюдження принципів кольоротерапії набуло розмаху в кінці ХІХ ст. Було доведено: якщо середовище відзначається бідною кольоровою гамою, то виникають симптоми асенізації (недостатність кольору) та

затримка інтелектуального розвитку в дітей. Тому потрібно збагачувати світ наших дітей різними яскравими кольорами, тому що загалом дітям подобається колір. Він раніше за інші засоби зображення стає в дитячих малюнках і змістовним (виражає зміст, переживання, відчуття), і естетичним (показник гарного). Для дитини кожен колір наповнений настроєм. Тому в малюнках колір використовується для позначення того, що подобається дитині, що вона вважає красивим, добрим. Відповідно, через кольори дитина виражає своє ставлення до навколишнього світу. Тому потрібно створювати умови для формування колористичної культури дошкільників в образотворчій діяльності, розвитку колірнього сприйняття та активізації експериментально-дослідницької діяльності дітей у колористичній творчості, навчати, як їх використовувати.

Концепції, що пояснюють механізм дії кольоротерапії:

Психофізіологічна. Пов'язана з трикомпонентною теорією кольоровідчуття Юнга-Гельмгольца, згідно якої відчуття різних кольорів і відтінків, їх психофізіологічна дія на людину Корекційна педагогіка і психологія визначаються мірою роздратування кожного з трьох типів колб (червоно-, синє-, і зелено чутливих), що призводить до виникнення нервового імпульсу. За умови стимуляції червоним кольором відбувається підвищення рівня ннорадреналіну, при дії синім кольором – серадоніну.

Квантова. Ґрунтується на корпускулярній природі світла. Світло має хвилеві і корпускулярні властивості, тому кожен фотон володіє певною кількістю енергії залежно від частоти відповідних коливань, тобто від випромінювання світла.

Асоціативного кольоросприйняття. Певні колірні визначення або колірні асоціації можуть робити вплив на психоемоційний стан людини. Змагання полів зору. Пояснює ефективність кольороімпульсної терапії нормалізацією біоритмів зорового аналізатора, дисенхронізація яких часто буває при зорових патологіях.

Біоритмотерапевтична. Зв'язує ефективність кольороімпульсної терапії з нормалізацією біоритмів всього організму. Виділяють добові ритми: циклічність фаз сну; основні причини десинхронізації ритмів: психоемоційна напруга, нічна робота. Вирішальне значення для синхронізації ритмів може мати світло із помірно вираженим кольоровим відтінком (синім, зеленим, жовтим, ніжно рожевим).

Дія на орган зору. Кольоротерапія надає безпосередню дію на структуру очного яблука і м'язовий апарат ока. Це особливо актуально в лікуванні і профілактиці спазм акомодатії, короткозорості, астигматизмі змішаного типу. За численними дослідженнями спеціалістів в галузі медицини зміна кольорових зображень та відтінків спільно зі супроводом класичної музики позитивно впливає не лише на гостроту зору але й психологічний стан пацієнтів.

Біорезонансна. Ґрунтується на хвилевій природі світла. Лікувальна дія світла на організм людини обумовлена впливом біорезонансних механізмів, пов'язаних з біологічними особливостями діапазонів електромагнітних коливань, що впливають через зоровий сенсорний канал. Нав'язуванням ритмів, близьких до генетично оптимальних частот через зоровий сенсорний канал можна витіснити із загальної хвилевої структури мозку патологічні спектри, тим самим викликати нормалізацію стану. Хвилева структура центральної нервової системи налаштовується на ті спектральні особливості нав'язаного ритму, які є оптимальними для конкретного організму.

Розрізняють три види дії кольору на людину: фізичну, оптичну та емоціональну.

Фізичний вплив кольору

При фізичній дії мова йде про вплив кольору на фізіологію людини. Об'єктивний вплив кольору підтверджено експериментальним шляхом і залежить від кількості та якості кольору, періоду дії, особливостей нервової системи, віку, статі та інших факторів. Безпосередньою фізіологічною дією на весь організм людини пояснюються явища, викликані червоними та

синіми кольорами, в особливості при максимальній їх насиченості. Червоний колір збуджує нервову систему, викликає прискорення дихання та пульсу, а також активізує роботу м'язової системи. Синій колір надає гальмівного впливу на нервову систему. Червоний, жовтий, помаранчевий кольори є кольорами екстраверсії, тобто імпульсу, оберненого назовні. Група синього, фіолетового, зеленого, навпаки, для пасивної інтроверсії та імпульси обернених всередину.

Помаранчевий та червоний кольори, збуджуючи разом із зоровим і слуховий центр мозку, що викликає удаване збільшення гучності шумів. Не позбавлено основи, що ці активні кольори часто називають "кричущими". Зелений і синій, заспокоюючі кольори, послаблюють збудження слухового центру, тобто як би послаблюють або компенсують гучність шумів.

Оптичний вплив кольору

До цієї дії відносяться ілюзії та оптичні явища, викликані кольором та змінюючими зовнішній вигляд предметами. Розглядаючи оптичні явища кольору, всі кольори можна умовно поділити на дві групи: червоний і синій, так як здебільшого кольори по своїм оптичним характеристикам будуть наближені до якоїсь з цих груп. Виключення складає зелений колір.

Світлі кольори, наприклад, білий або жовтий створюють ефект іррадації, вони як би поширюються на розташовані біля них більш темні кольори і зменшують пофарбовані в ці кольори поверхні. Наприклад, якщо через щілину стіни з дощечок проникає промінь світла, то щілина здається ширшою, ніж насправді. Коли сонце світить крізь віття дерев, ці вітки здаються більш тонкими, ніж завжди. Також потрібно помітити центробіжний рух жовтого кольору та ценронаправленість синього. Якщо зробити два кола рівної величини і заповнити один жовтим, а інший синім, то вже після короткої концентрації на них стає помітним, що жовте випускає промені, набуває руху з центру і наближується до людини. Інколи здається, що до променів можна доторкнутися. Синє же круг набуває доцентрового

руху і віддаляється від людини. Перше коло колить очі, у другому ж очі утопають.

Сила цієї дії збільшується, якщо до нього додати різницю світлих і темних відтінків, тобто дія жовтого збільшиться при доданні до нього білого кольору, синього - при доданні чорного.

Емоційний вплив кольору

При психологічній дії мова йде про почуття та переживання, які ми можемо відчувати під впливом того чи іншого кольору. Цей вплив дуже тісно пов'язаний з оптичними особливостями кольору.

Абсолютно зелений є найспокійнішим кольором. Він нікуди не рухається і не має ні звуку і не викликає ні радості, ні печалі. Ця постійна відсутність руху добре діє на стомлених людей, але може з часом і набриднути. При введенні в зелений колір жовтого він оживає, стає більш активним. При доданні синього, змінюється навпаки, він робиться більш серйозним, вдумливим.

З іншого боку, жовтий колір турбує людину, колить його, збуджує. Порівнюючи зі станом людської душі, його можна було б використати як мальовничий вираз безумства, сліпого сказу (жовтий колір Достоевського).

Синій же схильний до поглиблення. Чим глибше, темніше стає синій колір, тим більше він прикликає людину до безкінечного, будить в ньому голод до чистоти та надчутливого. Дуже темно синій дає елемент покою. Синій, доведений до межі з чорним, віддає призвук печалі. Стаючи більш світлим, синій набуває байдужого характеру і стає людині далеким і байдужим, як блакитне небо. І, стаючи світліше стає все більш беззвучним, доки не дійде до беззвучного покою - білого.

Часто білий колір сприймається як "некольоровий". Вій як би символ світу, де зникають усі фарби, всі матеріальні властивості. Тому і діє білий колір на нашу психіку як мовчання. Але це мовчання як би не мертво, а, навпаки, повне можливостей.

Чорний колір, навпаки, діє як дещо без можливостей, як мертва пляма, як мовчання без майбутнього.

Рівновагу білого і чорного породжує сірий. Звичайно сірий колір не може дати ні руху, ні звуку. Сіре - беззвучне та нерухоме, але ця нерухомість іншого характеру, ніж у зеленого кольору, створеного двома активними кольорами: жовти і синім. Тому сірий колір - це безшумна нерухомість.

Червоний колір ми сприймаємо як характерно теплий колір, впливає внутрішньо як життєдайний, живий, турбуючий колір, що, однак, не має легковажності жовтого. На відміну від жовтого червоний колір як би палає всередині себе. Але ідеально червоний колір дуже змінює свій вплив при зміні кольору. При доданні в червоний колір чорного виникає жорсткий, не здатний до руху коричневий. В більш холодному тоні у червоного зникає активність полум'я. Стаючи помаранчевим, червоний набуває променистості жовтого, але постійно зберігає серйозність.

Фіолетовий колір - це немов охолоджений червоний, тому він звучить дещо болісно, як дещо придушене і сумне.

Вибір переважного (улюбленого) кольору людиною визначається його характером і залежить, також, від соціального фактору. На основі соціологічних досліджень був отриманий наступний ряд кольорів по мірі зменшення надання переваг: блакитний - фіолетовий - білий - рожевий - пурпурний - червоний - зелений - жовтий - помаранчевий - коричневий - чорний.

Характер і виразність кольору може значно змінюватись в залежності від різноманітних асоціацій. Кожен з нас намагається пояснити емоціональну характеристику того чи іншого кольору характером певних предметів, на яких ми звичайно сприймаємо цей колір. Це дуже індивідуальна особливість кожної людини, що залежить від набутого ними досвіду. Встановити тут буд-які правила дуже важко, але з деякою вірогідністю можна припустити, що червоний колір асоціюється з вогнем і кров'ю, жовтий - з сонцем, синій - з небом, водою, зелений - з лісом, лугами.

Врешті-решт, існує таке поняття як чути колір, тобто кожному кольору співставляється певна музична нота. Це явище неможливо конкретно описати для кожного певного кольору, але не знайдеться ні однієї людини, яка стала б шукати вражень від яскраво-жовтого на басових клавішах роялю.

Колір також впливає на вегетативну нервову систему людини.

Педагогами-психологами ЗДО у дошкільних групах використовуються такі методи використання кольоротерапії.

1. Зарядження води кольором

Найкращі цілющі властивості кольору може донести до організму вода. Вода сприймає і зберігає інформацію а потім передає її організму.

А). В ємкість з кольорового скла наливають воду. Виставляють її на сонячний світ. Отримується подвійний ефект від споживання рідини. Так, наприклад червона вода, дає заряд енергії та зігріває, жовтогаряча-освіжає; зелена-гармонізує та стабілізує; блакитна, синя чи фіолетова рідина-заспокоює.

Б). Взяти прозору склянку, налити в неї рідину. Склянка ставиться на кольорову серветку (може бути із тканини або паперу чи картону). Вода вбирає інформацію про колір (5-10 хв.). За цей час діти розповідають вірші про «кольорову водичку», тим самим додатково заряджають воду позитивною інформацією. Наприклад:

Я люблю водичку жовту, що, як сонце, зігріває.

Коли дощ надворі, мряка, ця вода нас звеселяє.

Краще пити таку воду (заряджену кольором) за пів години до прийому їжі.

2. Кольорові ванни

Влітку використовують кольорові ванни для ніг. Для створення такої ванни використовують кольорову сіль або харчовий барвник. Вода має бути теплою але не гарячою.

3. Кольорова їжа

Використовують кольорову їжу, адже людина сприймає колір їжі не лише очима. Кольорова їжа містить дуже багато вітамінів. Колір містить в собі мінерали та мікроелементи. Тому, так само як вода, будь-яка їжа може підлягати соляризації. Завдяки кольору їжа, викликає апетит і стимулює слиновиділення. Обирається та їжа, властивості якої асоціюються з її кольором. Тобто, можливо саме цей колір, потрібен нашому організму для оздоровлення.

4. Кольоровий посуд

Застосовується посуд та предмети сервірування столу визначеного кольору для покращення функцій травлення та нормалізації апетиту (блакитний колір знижує апетит, жовтогарячий – посилює).

У приміщеннях дитячого садку також враховується кольорна гама для кімнат - від жовтуватого-зеленого крізь жовтий до жовтогарячого. Синій та зелений кольори також підходять для дитячих кімнат особливо які виходять на південь, оскільки ці кольори створюють відчуття прохолоди.

На заняттях з фізкультури за допомогою кольору та світла (різнокольорові лампочки) вирішується завдання стабілізації фізіологічних функцій дітей. Так, якщо треба стабілізувати яку - не будь функцію(наприклад, дихання), то домінуючим буде блакитний колір та його відтінки. Якщо метою є підвищити моторну діяльність, то освітлення в залі повинно бути жовтогарячим. Зала повинна бути пофарбована в пастельні відтінки: голубий, рожевий, світло-зелений.

Для створення оптимального кольорового режиму для кожного навчального заняття враховують, щоб ігровий матеріал був різного кольору.

Для покращання зорової працьовитості при виборі меблів та обладнання для дітей обирають світлі кольори натурального дерева або світло - зелені кольори. Бажано, щоб і демонстраційна дошка була зеленого кольору.

Також У ЗДО використовують таку системи лікування кольором:

Кожен день – це різний колір.

- понеділок синій - лікує очі, вуха, легені, ніс.

- вівторок жовтогарячий - застудні захворювання.
- середа жовтий - шлунок, головний біль.
- четвер червоний - колір збудження.
- п'ятниця зелений - заспокійливий, позитивно діє на нервову систему.

Діти самі обирають визначений колір і йому присвячується день: з кольором знайомляться, розглядають, грають, малюють, створюють фантастичні ігри, споруди.

Крім безпосереднього використання кольору використовують психологічні, дуже дієві, техніки кольоротерапії - метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тону за допомогою кольорів. Це використання психогімнастик. Діти сідають біля тканини потрібного кольору і уявляють, що вони, наприклад: на березі моря, чи річки: або тримаючи в руці червону квітку вони уявляють себе нею.

Також активно використовуються хвилинки – кольоринки. У ці хвилинки діти дивляться п'ять – десять хвилин на кольорову картку або серветку, включає свою фантазію, малює свої кольорові уявлення.

2.3. Вплив кольорів на розвиток творчої уяви дітей старшого дошкільного віку

В умовах закладу дошкільної освіти доцільно впроваджувати різноманітні оздоровчі та профілактичні технології інноваційного та здоров'язберезувального характеру. Важливо при цьому враховувати індивідуальні особливості вихованців. Великого значення мають оздоровчі технології терапевтичного спрямування: арт-терапія, піскова терапія, ігрова та казкотерапія, сміхотерапія, музична терапія, кольоротерапія тощо. Терапія означає «лікування емоційного стану дошкільників». Терапія ґрунтуються на двох формах роботи: індивідуальній та груповій. Індивідуальна терапія заснована на особистому контакті з дитиною. У результаті терапевтичного впливу дитина вчиться розуміти і приймати себе, піклуватись про себе та

будувати стосунки зі світом на основі вільного вибору. Перевагою індивідуальної терапії є те, що окремому учаснику приділяється більше уваги. Групова терапія заснована на знанні законів міжособистісного впливу в малій групі. Педагог пояснює членам групи сутність їх проблем, прогнозує можливість і терміни корекції, організовує тренінг [47, с. 70].

Здоров'язберігаючі та оздоровчі технології передбачають створення комплексних умов виховання та навчання, які дають змогу формувати високий рівень здоров'я дітей, прищеплювати їм навички здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку. Застосування даних технологій не розглядаються, як ізольовані, самостійні та самодостатні. Ретельно плануючи та вміло їх комбінуючи, можна без особливих зусиль оптимізувати педагогічний процес, покращити психофізичний стан дітей [48, с. 29]. Такі технології потребують створення безпечного розвивального середовища, екологічно сприятливого життєвого простору, повноцінного медичного обслуговування, харчування, системного підходу до формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я, дотримання гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогами та вихованцями, самими дітьми. Важлива роль в організації збереження і змінення здоров'я дітей дошкільного віку належить педагогу-вихователю, що зумовлено, передусім, їх віковими особливостями. Саме вихователь є безпосереднім організатором навчально-виховного процесу в дошкільному закладі, тому може систематично й найбільш ефективно впливати на здоровий розвиток дитини, формування основних складових здоров'я: соціального, психічного, духовного, фізичного [50, с. 37].

Нині в практику дошкільних закладів активно впроваджуються різноманітні інноваційні оздоровчі технології, що зумовлені гостротою проблеми здоров'я дітей дошкільного віку. Ці технології визначають пріоритетні напрями фізичного виховання дошкільників, а саме: формування свідомого ціннісного ставлення до власного здоров'я; формування вміння дітей дбати про власне здоров'я; розвиток потреби в щоденній руховій

діяльності; розвиток фізичних якостей через формування навичок володіння основними рухами та руховими діями; підтримка у дітей інтересу до різних видів спорту, занять фізкультурою; забезпечення взаємодії педагогів, медичної сестри, батьків у питаннях зміцнення психічного, фізичного здоров'я дітей та формування у них здорового способу життя. Для цього у практику роботи з дошкільниками необхідно включати такі форми засоби, методи і прийоми, що забезпечуватимуть високу результативність процесу формування здоров'язберігаючої компетентності. Для проведення успішної роботи по здоров'язбереженню необхідно, в першу чергу, навчити дітей елементарним прийомам здорового способу життя. Для роботи з дошкільниками в цьому напрямку доцільно застосовувати оздоровчу гімнастику, ігри, релаксації, різні види масажу, елементи вправ йоги, фізкультхвилинки під час занять, спеціально організовані заняття оздоровчої фізкультури, масові оздоровчі заходи [58, с. 101]. Ефективними будуть засоби формування вмінь щодо прищеплення дітям гігієнічних навичок та найпростіших навичок надання першої допомоги. Робота з сім'єю з питань формування здорового способу життя вихованців заключається у пропаганді здорового способу життя, консультування батьків та проведення індивідуальних бесід, виступів з даного питання на батьківських зборах, проведення спільних спортивних заходів [3, с. 16].

У роботі педагогічних колективів постійними мають стати проведення семінарів, практикумів, консультацій, майстер-класів, що забезпечить розуміння необхідності формування позитивного ставлення як до здоров'я вихованців, так і до свого власного. Важливою умовою оздоровчої роботи з дітьми вікових груп є створення умов і розвиваючого середовища. Придбання масажерів, тренажерів, спортивних снарядів, виготовлення матеріалу для профілактики плоскостопості та порушення постави, розробка окремих оздоровчих комплексів, створення гуртків – все це буде забезпечувати високий потенціал впровадження оздоровчих технологій в практику дошкільного закладу. Отже, здоров'я дитини, його охорона,

зміцнення та відновлення – одне з основних завдань педагогів дошкільного закладу. Використання здоров'язберігаючих технологій допомагає істотно оптимізувати цей процес. Тому у повсякденному житті дошкільнят варто використовувати якнайбільше оздоровчих технологій, адже вони переважно прості у використанні, дають вихованцям велике задоволення, а головне – мають ефективний комплексний вплив на формування їхнього здоров'я [58, с. 101].

Корекційні технології: арттерапія, музикотерапія, казкотерапія, кольоротерапія, сміхотерапія, технології корекції поведінки, психогімнастика, фонетична ритміка [58].

Людину все життя оточують кольори. Часто вони впливають на наш настрій, самопочуття. Діти дуже чутливі до кольорів. Ще в утробі матері немовля позитивно сприймає червоно-рожеве оточення, в якому перебуває. А споглядання кольорів веселки сприяє вбиранню енергії Сонця, гармонізації почуттів та думок. Запропонуйте дітям обрати кольорову картку, яка їм подобається найбільше, а потім визначте, чи відповідають їхні почуття обраному кольору. Орієнтовні емоційні значення кольорів:

- жовтий – радість;
- червоний – щастя;
- синій – образа, зосередженість;
- зелений – спокій;
- голубий – замріяність;
- сірий – сум;
- помаранчевий – піднесення, радісне здивування;
- коричневий – втома [64, с. 44].

Діти віком від 1 року незалежно від національності і місця проживання надають перевагу однаковим кольорам – червоному, жовтому, помаранчевому. Менш популярні у них синій, зелений, фіолетовий.

Ставлення до кольорів проявляється в малюнках малят. Дослідження В. Мухіної показали, що діти найчастіше обирають кольори з

характеристикою «яскравий», «чистий», «світлий». До похмурих, холодних, темних відтінків дошкільнята вдаються тоді, коли дорослі пропонують їм намалювати щось неприємне. «Чорне, брудне, негарне», – кажуть вони. Тож, як бачимо, при виборі кольорів діти більше спираються не на предметні асоціації, а на враження.

Яскраві кольори радують, приваблюють дошкільнят. Вони не дратують, а навпаки, заспокоюють їх, дають можливість почуватися комфортно. Здавна відомо, що колір може навіть лікувати. На цьому явищі базується такий оздоровчий напрямок, як кольоротерапія [74, с. 42].

Розглянемо, як різні кольори впливають на організм.

Зелений колір – помічний при перевтомі та головному болі, заспокоює нервову систему.

Червоний колір – ніби випромінює тепло, активізує сили організму та навіть лікує застуду. Цей колір стимулює серцеву діяльність, активізує обмін речовин. Але з ним треба бути обережним: тривала його дія може призвести до перевтоми та роздратування.

Жовтий – колір радості та оптимізму. Сприяє зміцненню нервової системи та зору. Якщо довго дивитися на жовтий колір, то швидше відійдуть погані думки, поліпшиться настрій.

Оранжевий колір – корисний при порушеннях шлунково-кишкового тракту, стимулює роботу щитовидної залози, підвищує апетит.

Голубий колір – знімає стрес і нервові напруження, заспокійливо діє на організм, знижує артеріальний тиск.

Синій колір – ефективний у боротьбі зі стресом. Кажуть: якщо довго дивитися на синє, минає біль. Цей колір також заспокійливо діє на очі.

Фіолетовий і бузковий – за характером впливу подібні до синього та голубого. Це кольори благородства. Нестача цього кольору може спричинити депресію, тож коли інколи дитина віддає перевагу фіолетовому і бузковому, це може бути сигналом про душевний дискомфорт [77].

Те, які кольори ми обираємо, а яких уникаємо, з якими асоціюємо певні почуття, емоції, характеризує нас самих. Колір має хвильову енергетичну природу, а отже, ми його відчуваємо найчастіше навіть несвідомо. Нерідко сліпі люди, відчуття яких більш загострені, здатні розрізняти кольори на дотик. На наш мозок щоденно впливають енергії різних кольорів. Від кольору стін кімнати, наприклад, може залежати настрій, апетит, зосередженість, натхнення чи небажання перебувати в цьому приміщенні. Те саме можна сказати і про колірну гаму нашого одягу та одягу людей, які нас оточують.

У «Вченні про колір» Й. Гете писав: «Колір – це продукт світла, що викликає емоції». Коли ми кажемо «почорнів від горя», «почервонів від гніву», «позеленів від злості», «посірів від страху», то не сприймаємо ці вислови буквально, а інтуїтивно пов'язуємо емоційні переживання людини зі здатністю виразити їх кольором.

Нервова система здорової дитини потребує позитивного енергетичного впливу, яскравих кольорів і світлих їх відтінків навколо себе.

Учені також встановили взаємозв'язок між кольором та групою крові. Людям з 1 групою найбільше підходять червоні та оранжеві відтінки. Для нормалізації життєвих процесів тих, у кого 2 група крові, рекомендуються голубий і зелений тони, які особливо добре впливають на тіло та розумові здібності. Люди з 3 групою мають ширший вибір: червоний, оранжевий кольори стимулюють процеси їхньої життєдіяльності, підвищують розумову активність: голубий і зелений – заспокоюють нервову систему, а фіолетовий сприяє підняттю настрою. Людям з 4 групою крові (що схожі за своїми енергетичними характеристиками з 2 групою) треба якомога частіше споглядати голубе і зелене [83, с. 25].

У практичній роботі з дошкільниками умовно можна виділити три рівні використання кольоротерапії:

- 1) організаційні можливості кольору (система освітлення та колірне оформлення інтер'єрів приміщень дитсадка);

2) педагогічні можливості кольору (навчання, розвиток, виховання);

3) реабілітаційні можливості кольору (оздоровлення, лікування, психологічний колорит).

Виходячи зі сказаного, рекомендується проводити з дошкільниками таку роботу з кольоротерапії:

1. Вправи на релаксацію («Зелений ліс», «Зоряне дихання» тощо).

2. Графічні вправи «Хвилинка-кольоринки» з метою заспокоєння дітей. Протягом 4–5 хвилин діти роблять кольоровими олівцями, фломастерами довільні малюнки. Це можуть бути просто лінії, круги, сніжинки, квіти тощо. Такі вправи заспокоюють дитину, дають їй змогу відпочити, отримати позитивні емоції.

3. Міні-заняття з кольоротерапії рекомендовано проводити вже з раннього віку [69, с. 23].

Як доводять числені дослідження вчених та власні спостереження, можна стверджувати про значний вплив різних кольорів на психіку дитини. Колір – це жива енергія, яка впливає на настрій, самопочуття малюка, він може приносити задоволення або занепокоєння; заспокоювати або роздратовувати – його можливості вражаючі.



Рис. 2.1. Вплив кольорів на дитину

Таблиця 2.1.

Діагностика за кольорами

Вибір дитиною Кольору	Визначення психоемоц. стану (одно разов. вибір)	Визначення типу особистості, характерних особливостей (стійкий вибір кольору на протягом довгого часу)	
		Позитивне значення	Негативне значення
ЖОВТИЙ	Радість	Творчість, мрійливість, діти-фантазери, значно розвинена уява.	Переважно грають на самоті, уникає скупчення дітей.
ЧЕРВОНИЙ	Щастя	Відкриті, активні, лідери в своєму оточенні. Висока працездатність.	Не люблять підкорятися, часто проявляють агресивність, егоїзм, негативізм.
ЗЕЛЕНИЙ	Спокій	Працездатні, відповідальні, цілеспрямовані, оптимісти	Низька стресостійкість: образливі, тривожні, легко вивести з рівноваги.

продовження табл. 2.1.

СИНІЙ	Образа, зосередженість	Спокійні, врівно-важені. Не поспішають під час виконання завдань. Доводять почате діло до кінця. Дисципліновані.	Переважають ігри в одиночку, не люблять працювати в колективі.
БЛАКИТНИЙ	Замріяність	Спокійні, мрійливі, гарно розвинена уява.	Не здатні зосереджуватись на завданні, низька стресостійкість, не люблять великої кількості людей.
ФІОЛЕТОВИЙ	Пригнічений стан	Люблять навчати і навчатись. Вміють концентрувати увагу.	Образливі, низька стресостійкість. Більше ніж інші потребують підтримки.
КОРИЧНЕВИЙ	Утома	Розумні, кмітливі, люблять вчитися	Різкі перепади настрою, не комунікабельні. Не адекватне сприйняття відношення до себе оточуючих.

закінчення табл. 2.1.

РОЖЕВИ Й	Рівновага, доброта	Доброзичливі, поступливі. Люблять спілкуватися з однолітками, працювати в колективі.	Проявляють пасивність, легко піддаються іншому впливу. Низька стресостійкість.
СІРИЙ	Сум	Доброзичливі, приходять на допомогу, справедливі, працелюбні. Слухняні, охайні.	Замкнені у собі, несміливі. Низька стресостійкість
ЖОВТОГ АРЯЧИЙ	Піднесення, радісне здивування	Люблять спілкуватися з однолітками, перебувати в колективі Доброзичливі, працелюбні	Інколи проявляють агресію до навколишніх, впертість, неслухняність.

Поради: «червоні діти» заспокоюються синім кольором, а «сині» активізуються червоним кольором. Рожевий колір зменшує агресивність червоного. Споглядання кольорів веселки сприяє гармонізації почуттів та думок.



Рис. 2.2. Вплив споглядання кольорів на творчу уяву

Колір має хвильову енергетичну природу, а отже ми його відчуваємо найчастіше навіть несвідомо. Живий організм, якщо він не здоровий, поглинає більше кольору для свого оздоровлення. З реабілітаційною метою на колір можна дивитись, його можна «вдихати», поглинати, уявляти, прикладувати до тіла (предмети певного кольору). Тому після проведення діагностики «Стійкий вибір кольору» та спостережень за дитиною поведжу бесіди з батьками, з метою, як краще оформити навколишнє середовище малюка вдома, який колір одягу краще обирати для того чи іншого дошкільника.

Кольоротерапія – це абсолютно безпечний та виключно ефективний додатковий засіб реабілітації та відновлення організму. У логокорекційній роботі з дітьми, які мають вади психічного розвитку та недоліки мовлення, використовують вплив кольорів на дошкільнят з такими цілями:

- Організаційна – налаштування дитини на активну мовленнєву діяльність.
- Навчально-розвивальна – формування знань про оточуюче середовище, сенсорний розвиток.
- Корекційна – стабілізація психоемоційного стану, гармонізація почуттів.
- Розвиток креативності – уяви, творчості, нестандартного мислення.

Отже, використання в роботі ЗДО здоров'язберезувальних технологій підвищить результативність навчально-виховного процесу, сформує у

педагогів і батьків ціннісні орієнтації, спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я дітей, якщо: будуть створені умови для коректування технологій в залежності від конкретних умов і типу ЗДО; спираючись на статистичний моніторинг здоров'я дітей, будуть зроблені необхідні зміни в інтенсивність технологічних впливів; буде забезпечено індивідуальний підхід до кожної дитини; будуть сформовані позитивні мотивації у педагогів і батьків.

Висновки до 2 розділу

Одне з головних завдань дошкільного закладу – така організація навчально-виховного процесу, за якої не лише зберігатиметься високий рівень розумової працездатності вихованців, а й зміцнюватиметься їхнє здоров'я. Сьогодні проблеми збереження здоров'я дітей набувають особливої актуальності, оскільки дедалі помітнішою стає тенденція до погіршення його стану.

Обсяг пізнавальної інформації, яку отримують малюки в дошкільному дитинстві, постійно зростає. Відповідно зростає і розумове навантаження. А це нерідко призводить до перевтоми, що негативно позначається на стані здоров'я дітей. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» приділяє особливу увагу впровадженню в навчально-виховний процес здоров'язбережувальних технологій, що дають змогу проводити оздоровлення в цікавих різноманітних формах, забезпечують фізичне, соціально-емоційне, духовне, інтелектуальне благополуччя дошкільнят.

В умовах дитячого садка вихователі можуть впроваджувати різноманітні оздоровчі та профілактичні технології інноваційного та здоров'язбережувального характеру. Важливо при цьому враховувати індивідуальні особливості вихованців.

Практика показала ефективність оздоровчих технологій, а саме: арт-терапії, піскової терапії, ігрової та казкотерапії, сміхотерапії, музичної терапії, кольоротерапії тощо. Терапія означає «лікування». Але в умовах дитсадка

впровадження таких технологій передбачає профілактику різних захворювань, поліпшення психоемоційного стану дошкільнят.

Кольорознавство – це комплексна наука про кольори, вона об'єднує систематизовані знання з різних наук, вивчає природний феномен кольорів та їх вплив на людину. Тому займаючись корекційно-розвивальною роботою з дітьми на сучасному етапі, вважаю доцільно використовувати ці знання у практичній роботі. Це не лише дає змогу використовувати новітні сучасні розробки вчених, а й урізноманітнити навчально-корекційний процес нестандартними засобами позитивного впливу на дитину. Пропонуючи дошкільнику іграшки, дидактичні ігри та вправи, оформлені відповідним кольором, маю можливість впливати на покращення самопочуття малюка, активізувати або навпаки загальмовувати поведінкові прояви.

Кольоротерапія є засобом для зміцнення здоров'я дітей. Колір позитивно впливає на фізичний стан, на емоційний, на психологічний стан дітей старшого дошкільного віку.

РОЗДІЛ 3

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ТВОРЧОЇ УЯВИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ КОЛЬОРОТЕРАПІЇ

3.1. Критерії, показники та рівні розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії

Теоретична частина роботи дозволила розглянути теоретичні засади роботи психолога з дітьми дошкільного віку. Вивчена науково-методична література, підходи до розуміння цієї проблеми, значення її розвитку – дозволяє говорити про її актуальність зараз. Специфіка розгляду питання визначила напрям практичної частини дослідження.

Експериментально-дослідну роботу проведено на базі ЗДО (ясла-садок) комбінованого типу №89 «Віночок». В експериментальній роботі взяли участь 30 дітей, 5 вихователів та практичний психолог.

На етапі експерименту нами були підібрані методи для визначення рівня розвитку уяви в дітей старшого дошкільного віку.

Перед тестуванням ми дотримувалися таких рекомендацій:

1. Не слід збільшувати час виконання тесту, так як нормативні дані, представлені в керівництві, відповідають зазначеному ліміту часу.
2. Під час тестування необхідно створити сприятливу емоційну атмосферу.
3. Вживання слів «тест», «перевірка», «іспит» необхідно уникати, так як тривожна, напружена обстановка блокує свободу творчих проявів.
4. Тестування проходить у формі захоплюючої гри, цікавих завдань, в обстановці заохочення уяви, допитливості дітей, стимулювання пошуку альтернативних відповідей.
5. Час виконання фігурної форми тесту – 30 хвилин.

6. Необхідно уникати прикладів і ілюстрацій можливих відповідей-зразків. Це призводить до зменшення оригінальності і в деяких випадках – кількості відповідей.

Нами було визначено три рівні розвитку уяви: високий, середній, низький. Дітям із високим рівнем розвитку характерним є самостійне виконання запропонованих завдань, завдання діти виконують помірковано і вміють пояснити хід власного мислення, працюють з задоволенням; діти із середнім рівнем розвитку уяви основну частину завдання виконують самостійно, але дещо невпевнено і постійно потребують підтримки й поради дорослого, на завдання реагують по-різному: як із зацікавленістю, так і байдужістю; у дітей із низьким рівнем розвитку уяви виникають труднощі щодо виконання завдань, працюють без зацікавленості.

Опишемо завдання із визначення рівня розвитку уяви дітей старшого дошкільного віку.

Завдання № 1. Намалюй картинку (Додаток А).

Інструкція: Ви отримали фігуру з кольорового паперу і клей. Придумайте будь-яку картину, частиною якої була б ця фігура. Це може бути будь-який предмет, явище або розповідь. За допомогою клею помістіть цю фігуру на чистому аркуші в будь-якому місці. А потім домалюйте її олівцями, щоб вийшла задумана вами картина. Спробуйте придумати таку картину, яку ніхто б не зміг придумати. Доповнюйте свій малюнок новими деталями та ідеями, щоб зробити з нього якомога більш цікаву і захоплюючу історію. Коли ви закінчите малюнок, придумайте до нього назву і напишіть внизу аркуша. Зробіть цю назву якомога більш незвичайною.

Оцінка виконання Завдання № 1: При оцінці ретельності розробки бали даються за кожну значущу деталь (істотну ідею), що доповнює вихідну фігуру, як в межах її контуру, так і за її межами. При цьому основна найпростіша відповідь має бути значущою, інакше її розробленість не оцінюється. Один бал дається за кожну істотну деталь загальної відповіді:

- колір, якщо він доповнює основну ідею;

- штрихування (але не за кожен ліній, а за загальну ідею);
- краса, якщо вона має сенс;
- кожну варіацію оформлення (крім чисто кількісних повторень), значимо по відношенню до основної відповіді;
- кожну подробицю у назві понад необхідного.

Якщо лінія розділяє малюнок на дві значущі частини, підраховуються бали в обох частинах малюнка. Якщо лінія позначає певний предмет (пояс, шарф ...), вона оцінюється одним балом.

17–20 балів – високий рівень;

11–16 балів – середній рівень;

7–10 балів – низький рівень.

Результати дослідження виконання першого завдання представлені у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Результати дослідження рівня творчої уяви дітей старшого дошкільного віку

№ п/п	Ім'я дитини	Кількість балів
1	Марія	8 балів
2	Кирило	17 балів
3	Ірина	12 балів
4	Олена	15 балів
5	Наташа	11 балів
6	Максим	12 балів
7	Данило	12 балів
8	Олександр	18 балів
9	Михайло	14 балів
10	Вікторія	7 балів

закінчення табл. 3.1.

11	Катерина	15 балів
12	Анна	17 балів
13	Світлана	12 балів
14	Микита	8 балів
15	Євген	7 балів

Як видно з таблиці, у 9 дітей (60 %) переважає середній рівень уяви, 2 особи (13,30 %) мають високий рівень і 4 дитини (26,6 %) – низький рівень (рис. 3.1.).

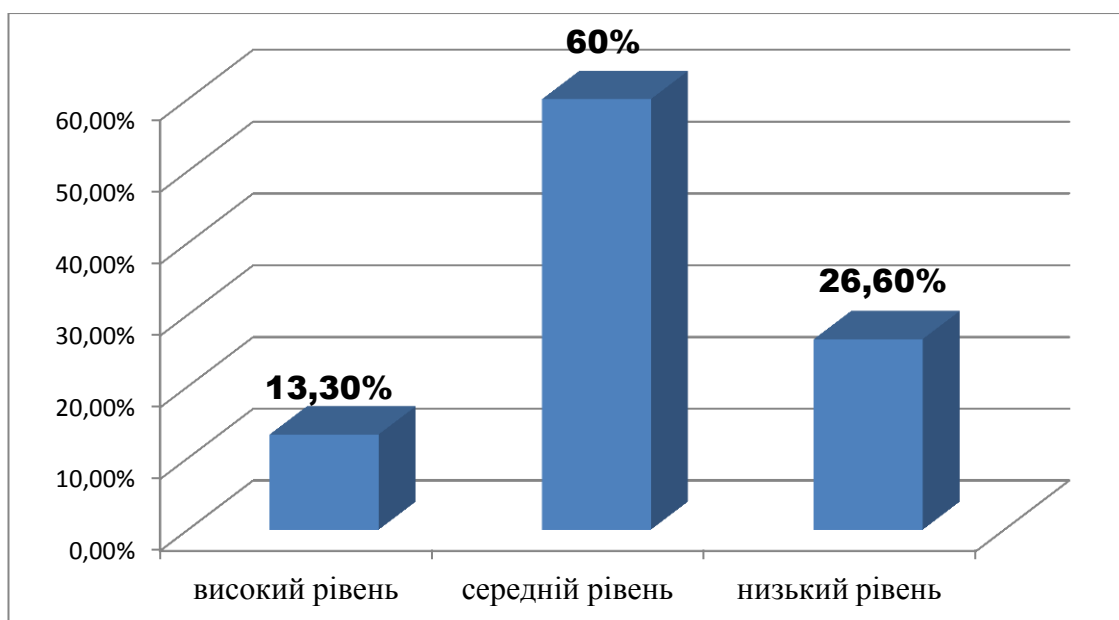


Рис. 3.1. Рівень розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку

Завдання № 2. Закінчи малюнок (додаток Б).

Інструкція: На цих аркушах намальовані незакінчені фігурки. Якщо додати до них лінії, вийдуть цікаві предмети або сюжетні картинки. Спробуйте придумати такі картинки або історію, які ніхто більше придумати не зможе. Зробіть її повною та цікавою, додавайте до неї нові ідеї. Придумайте цікаву назву для кожної картинки і напишіть її внизу цієї картинки (табл. 3.1.).

Таблиця 3.1

**Критерії, що використовуються при проведенні результатів
тестування**

Фігура	Кількість балів	Вид малюнка
1	0	Абстрактний візерунок, обличчя, голова людини, окуляри, птаха, чайка
	1	Брови, очі, хвиля, море, морда тварини, хмара, серп, сова, квітка, яблуко, людина, собака
	2	Всі інші менш стандартні і оригінальні малюнки
2	0	Абстрактний візерунок, дерево, рогатка, квітка
	1	Буква, дім, символ, вказівник, слід ноги птаха, цифра, людина
	2	Всі інші більш оригінальні малюнки
3	0	Абстрактний візерунок, звукові і радіохвилі, обличчя людини, човен, корабель, люди, фрукти
	1	Вітер, хмара, дощ, шарики, деталі дерева, дорога, міст, каруселі, морда тварини, колеса, лук і стріли, риба, верстати, квіти
	2	Всі інші більш оригінальні малюнки
4	0	Абстрактний візерунок, хвиля, море, змія, хвіст, знак питання

продовження табл. 3.1.

	Кішка, крісло, ложка, миша, гусениця, черв'як, окуляри, мушля, гуска, лебідь, квітка, трубка для паління
	Всі інші більш оригінальні малюнки
5	Абстрактний візерунок, таріль, ваза, чаша, човен, корабель, обличчя людини, парасоля
	Водоймище, озеро, гриб, губи, підборіддя, таз, лимон, яблуко, лук і стріли, байрак, яма, риба, яйце
	Всі інші більш оригінальні малюнки
6	Абстрактний візерунок, драбина, сходи, обличчя людини
	Гора, скеля, ваза, ялинка, светр, піджак, сукня, блискавка, гроза, людина, квітка
	Всі інші більш оригінальні малюнки
7	Абстрактний візерунок, машина, ключ, серп
	Гриб, черпак, ківш, лінза, обличчя людини, молоток, окуляри, самокат, серп і молот, тенісна ракетка
	Всі інші більш оригінальні малюнки
8	Абстрактний візерунок, дівчинка, жінка, очі і тіло людини
	Буква, ваза, дерево, книга, майка, сукня, ракета
	Всі інші більш оригінальні малюнки
9	Абстрактний візерунок, пагорб, буква, вуха тварина

закінчення табл. 3.1.

	Верблюди, вовк, кішка, лисиця, обличчя людини, собака, людина, фігура
	Всі інші більш оригінальні малюнки
10	Абстрактний візерунок, гуска, качка, дерево, обличчя, лисиця
	Буратіно, дівчинка, птах, цифра, людина, фігура
	Всі інші більш оригінальні малюнки

17–20 балів – високий рівень;

11–16 балів – середній рівень;

7–10 балів – низький рівень.

Загальні результати тестування представлені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

**Результати дослідження рівня розвиненості творчої уяви дітей
старшого дошкільного віку**

№ п/п	Ім'я дитини	Кількість балів
1	Марія	9 балів
2	Кирило	17 балів
3	Ірина	11 балів
4	Олена	16 балів
5	Наташа	11 балів
6	Максим	12 балів
7	Данило	12 балів
8	Олександр	17 балів
9	Михайло	13 балів

закінчення табл. 3.2.

10	Вікторія	9 балів
11	Катерина	14 балів
12	Анна	11 балів
13	Світлана	8 балів
14	Микита	8 балів
15	Євген	19 балів

Таким чином, з результатів видно, що переважає середній та низький рівень розвитку уяви: 2 особи (13,3 %) мають високий рівень, 8 (53,3 %) – середній і 5 (33,3 %) – низький (рис. 3.3.).

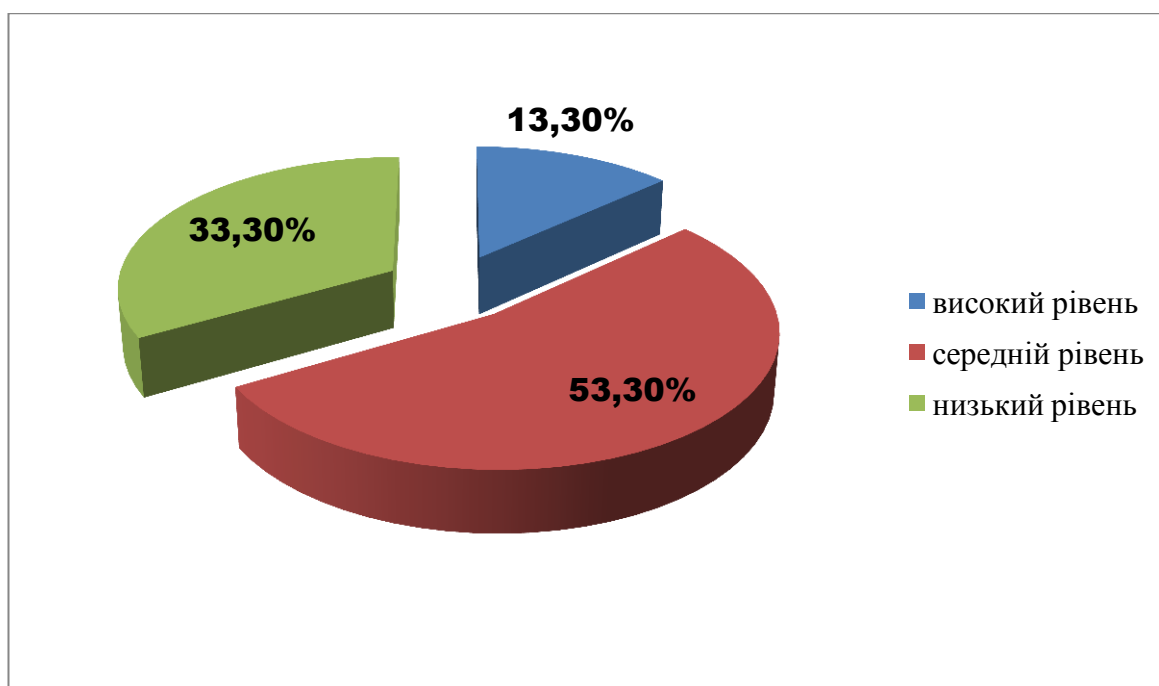


Рис. 3.3. Рівень розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку

Отже, малюнки дітей, які мають високий рівень розвитку творчої уяви вирізняються з-поміж інших. На них зображені кілька предметів, з'єднаних елементарним сюжетом, предмети промальовані детально. Сюжети різні, не повторюються. Діти виявляють більшу свободу у використанні завданих

елементів для створення образу. У багатьох роботах вихідна фігура є другорядним елементом намальованого образу. Малюнки кольорові.

У малюнках дітей середнього рівня розвитку творчої уяви присутні окремі об'єкти з різними деталями або включені до якогось вигаданого сюжету. Малюнки не виразні.

Діти, які мають низький рівень розвитку творчої уяви не приймають завдання на створення образу з використанням вихідного елемента. Вони не домальовують елемент, а малюють поряд щось своє (вільне фантазування). А якщо домальовують фігуру, то зображення контурне, схематичне, без деталей.

3.2. Програма розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоротерапії

Кольори можуть впливати на дитину як позитивно, так і негативно. Сам колір, з однієї сторони, для дитини відповідає його природному втіленню (синій – вода, небо), а з іншого боку дає негатив (казка, де є герой з синьою бородою). Тому колір є об'єктивним втілення емоцій. І тому треба уважно слідкувати за поєднанням кольорів, щоб не нашкодити здоров'ю дитини. А дорослим самим потрібно знати і розуміти основні значення кольору та його вплив на кожну дитину.

У теорії кольорознавства виділяють основні три кольори: синій, жовтий, червоний. При змішуванні цих кольорів виникають інші додаткові, які теж мають певний вплив на емоційний стан дитини.

Користуючись правильно кольоровою гамою, можна вилікуватися, покращити свій стан, змінити емоційний стан свого організму. Колір є основним фактором у будь-якій системі зцілення і він потрібний для душі, як повітря для тіла.

Методика розроблена з використанням наукових доробків О. Барташнікова, І. Барташнікової, О. Ликової, Б. Нікітіна та інших.

Розроблена з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей дошкільного віку. Означена методика є інтегрованою, але не вичерпує всі можливості і напрямки розвитку інтелектуально-творчого розвитку особистості дитини. Говорячи про інтеграцію в навчанні дітей дошкільного віку, ми маємо на увазі наступні її ознаки: тематична побудова змісту, варіативність включення різних видів діяльності, варіативність добору вірного, зручного дитині та адекватного програмі рішення. Інтеграція відповідна «спірально-концентричному принципу» і вчить дітей з перших кроків пізнання тому, що світ – це єдине ціле, усі елементи в ньому пов'язані.

Таблиця 3.3

Компоненти авторської програми

Компонент	Педагогічні умови	Форма організації
Мотиваційний	Психологічна готовність дитини до творчого процесу (залучення до світу мистецтва через участь у пошуку, формуванні і презентації творів образотворчого мистецтва, формування естетичного ціннісного сприйняття світу, набуття вмінь усвідомленого пошуку необхідної інформації та її презентації в колі одноліток).	Фронтальне тематичне заняття, заняття-здивування, групове заняття, виставка, дидактичні ігри, настільно-друковані ігри.

продовження табл. 3.3.

<p>Розвивальний</p>	<p>Варіативність змісту та форм організації зображувальної діяльності дітей на заняттях (ознайомлення з принципами зображення, оволодіння узагальненими способами зображення; ознайомлення з зображувальними та виражальними можливостями матеріалів. Розвиток продуктивної творчості засобами оволодіння спеціальними способами мислення: виділення протилежних властивостей, пошук аналогій, асоціювання понять, ставлення запитань, переформулювання, генерування ідей. Розвиток вміння оцінювати власні вміння, вчити інших, допомагати дітям).</p>	<p>Тематичні заняття; заняття-вправи, виготовлення прикладів, ілюстрацій до казок, оформлення групи, завдання у шафах, робота в розвивальних зонах, взаємонавчання, оформлення візитівок.</p>
<p>Арт-терапевтичний</p>	<p>Створення творчої атмосфери на заняттях (створення психологічно-комфортної атмосфери, зменшення соціальної напруженості, подолання негативної реакції однолітків, формування відчуття внутрішньої безпеки, розкнутості і свободи за рахунок підтримки дорослими творчих починань дитини).</p>	<p>Виставка іграшок, кругові вправи на підтримку; музичні хвилинки; сюжетно-рольові ігри з включенням зображувальної діяльності; рольове малювання, проекти, виготовлення рамок для картин</p>

закінчення табл. 3.3.

Рефлексивно-Корекційний	Наявність матеріально-технічної бази. Вчити дітей формувати та висловлювати думку про власний творчий задум та його реалізацію, оцінювати роботи з власних ціннісних позицій, аналізувати грамотність використання приладдя, вміння творчо користуватися навичками, коментувати і діяти в ситуаціях вибору (колір, способи виражальних засобів). Робити висновки щодо удосконалення власної творчої діяльності.	Рольові ігри
--------------------------------	---	--------------

Охарактеризуємо детальніше зміст кожного компоненту. Відтак, метою мотиваційного етапу є залучення дітей до світу кольору через участь у пошуку інформації; формуванні бажання пізнавати світ кольору; формування естетичного ціннісного сприйняття світу. Реалізація завдань компоненту може здійснюватися у спеціально організованих умовах партнерської, самостійної діяльності. А саме: у формі фронтальних занять, спрямованих на ознайомлення дітей дошкільного віку з творами образотворчого мистецтва (художніми картинами з різних жанрів мистецтва, графікою, скульптурою, керамікою тощо), занять-здивувань, тематичних занять, жанрових виставок. Через створення альбому жанру діти не тільки пізнають його зображувальні можливості, а також навчаються проектуванню, навичкам мікрвикладання. Ознайомлення дітей з виробами мистецтва сприяють розвитку в дітей художнього сприймання.

Мета розвивального компоненту: ознайомлення із принципами зображення кольору. Розвиток продуктивної творчості засобами оволодіння спеціальними способами мислення: виділення протилежних властивостей, пошук аналогій, асоціювання понять, ставлення запитань, переформулювання, генерування ідей. Розвиток вміння оцінювати власні

вміння, вчити інших, допомагати дітям. Мета цього етапу роботи реалізується під час занять-порівнянь, тематичних занять у спеціально-організованій діяльності засобами об'єднання дітей у підгрупи. Завдання розвивального компоненту реалізуються під час партнерської діяльності на заняттях-вправах, де пояснюється та практично відпрацьовується техніка. Самостійна діяльність розвивального компоненту передбачає завдання у парах, робота в розвивальних зонах (за рівнями розвитку вмінь), взаємонавчання, індивідуальні завдання, які складаються з добірки розвивальних ігор.

Мета арт-терапевтичного компоненту: створення психологічно-комфортної атмосфери, зменшення соціального напруження, подолання негативної реакції однолітків засобами зображення кольору, формування відчуття внутрішньої безпеки, розкнутості і свободи за рахунок підтримки дорослими творчих починань дитини. Мета реалізується у формі індивідуально-групових (5–8 дітей) арт-терапевтичних занять. Діти включаються в групову психологічну роботу, яка є одночасно і психокорекційною. Їх основна задача – формування в дітей емоційної децентрації, підвищення самоповаги, зниження агресивності та страхів, поліпшення взаємовідносин з оточуючими. У ході цієї роботи діти навчаються впізнавати й описувати основні емоції, ознайомлюються із негативними емоціями та способами їх зовнішнього прояву й контролю.

Рефлексивно-корекційний компонент має за мету: навчити дітей формувати та висловлювати думку про власний творчий задум та його реалізацію, оцінювати роботи з власних ціннісних позицій, аналізувати доцільність використання приладдя, вміння творчо користуватися навичками, коментувати і діяти в ситуаціях вибору (матеріал, колір, виражальні засоби); робити висновки щодо удосконалення власної творчої діяльності. Цей етап роботи проходить у формі індивідуальних художньо-практичних вправ, занять-організацій персональної виставки; занять-презентацій; рольових ігор.

Робота з дітьми була побудована на ігровій основі. Гра не тільки створює умови для вияву творчості, вона у значній мірі стимулює розвиток творчих здібностей дитини. Важлива особливість методики полягає у мотиваційному характері її реалізації. Бажання дитини є первинною умовою дієвості системи. Діти включалися у процес тому, що він їм подобався. Представимо розробки занять з розвитку творчих здібностей у дітей на заняттях із зображувальної діяльності.

Приклади вправ із застосуванням вправ кольоротерапії

Вправа 1 «Кольорові компліменти»

Сидячи по парах, діти беруться за руки. Дивлячись в очі сусіду, треба сказати йому кілька добрих слів, порівнявши з кольором (наприклад, помаранчевий – радісний.) Інший киває головою і говорить: «Спасибі, мені дуже приємно». Потім він дарує комплімент своєму сусідові .

Вправа 2 «Якого кольору мій настрій?»

Першим починає вихователь: «Мій настрій сьогодні схожий на блакитний колір. А твій?» Діти по черзі говорять, на який колір схожий їхній сьогоднішній настрій. Аналізуються відповіді дітей. Слід врахувати, що вибір темного кольору свідчить про емоційне неблагополуччя.

Вправа 3

Щоб звільнити дітей від тривожності використовуємо альбом: «Відкрий і подивись на блакитний, жовтий та помаранчевий, переводячи погляд, рахуючи до 10 (10с) на кожній сторінці».

При вивченні ознак предметів, добери колір до слова яблуко, мандарин, небо тощо. Діти знаходять в альбомі відповідний колір, торкаються його, бачать і відчувають енергію кольору.

Вправа 4

Сумісно з пальчиковою гімнастикою – Гра «Швидкі пальчики» обійди пальчиками по краю/по периметру прямокутника жовтого кольору.

Вправа 5

«Знайди квітку» такого самого кольору в українському віночку», пов'язуючи ці вправи з зоровою гімнастикою. Мета: відчуття енергії кольору, зміна кута зору, зняття напруження, втоми очей.

Вправа 6 «Холодний-теплий»

На назву кольору діти показують холодно їм чи тепло рухами, торкаючись кольору.

Методи навчання спрямовані на забезпечення взаємозв'язку пізнавальної та практичної діяльності дітей. Обґрунтуємо доцільність використання обраних методів роботи з дітьми на кожному етапі вивчення валеологічної теми. Мотиваційний етап передбачає формування в дітей інтересу до теми, що вивчається, прагнення отримати інформацію про різні аспекти збереження здоров'я, усвідомлення необхідності використання здобутих знань у повсякденній діяльності.

Вправа 7 «Кольорова вода»

Найкраще цілющі властивості кольору може донести до організму вода. Як можна заряджати воду потрібним кольором?

- в ємкість з кольорового скла наливаємо рідину (це може бути вода, але можна заряджати соки і навіть молоко). Виставляємо її на сонячне світло. Отримуємо подвійний ефект від споживання рідини;

- беремо прозору склянку, наливаємо в неї рідину. Склянку ставимо на кольорову серветку із тканини або паперу чи картону на 10 – 15 хв. Краще пити таку воду, заряджену кольором, за пів години до прийому їжі.

Вправа 8 «Кольорові ванни»

Для створення такої ванни можна використовувати кольорову сіль або харчовий барвник. Вода має бути теплою, але не гарячою.

Вправа 9 «Кольорова їжа»

Кольорова їжа містить дуже багато вітамінів.

Тому, так само як і вода, будь - яка їжа може підлягати соляризації. Завдяки кольору, їжа викликає в нас апетит і стимулює слиновиділення. Ми

обираємо ту їжу, властивості якої асоціюються з її кольором. Тобто, можливо саме цей колір, потрібен нашому організму для оздоровлення.

Вправа 10 «Кольорова сервіровка»

Застосовуйте посуд та предмети сервірування столу визначеного кольору для покращення функцій травлення та нормалізації апетиту .

Вправа 11 «Кольовий одяг»

Носіння одягу певного відтінку не тільки може змінити емоційний стан, а й по-різному позначається на нашому стані здоров'я.

Вправа 12 «Кольорове полотно»

Для розвитку кольорових асоціацій, фантазії та уяви беремо кольорові полотна розміром 1,5м x 1,5м і проводимо різноманітні маніпуляції з ними: обгортання в них, розглядання крізь них навколишнього простору.

Вправа 13 «Кольоровий день»

Кожен день – це різний колір, тому в цей день одягайте одяг, їжте їжу, пийте воду, приймайте ванни, використовуйте полотно, лампи чи свічки відповідного кольору.

Теоретичний етап спрямований на забезпечення дітей знаннями про здоров'я та чинники здоров'язбереження, життєві навички, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю, формування основ здорового способу життя. Розповіді вихователя використовують для повідомлення дітям нових знань, відомостей про здоров'я, певну здоров'язбережувальну навичку. У процесі отримання інформації про здоров'я, формування навичок здорового способу життя та реалізації його принципів у повсякденному житті дитина не може бути пасивним об'єктом. Вагоме освітнє і виховне значення бесіди визначається тим, що вона сприяє розкриттю мислення дитини, забезпечує можливість реалізації індивідуального підходу до вихованця, дозволяє педагогу залучити до активної участі в роботі слабих і пасивних дітей.

Практичний етап уможливорює закріплення дітьми знань і подальше вдосконалення умінь і навичок здоров'язбереження, розвиток здатності

самостійно моделювати свою поведінку та діяльність, приймати рішення щодо виходу із різноманітних життєвих ситуацій, що впливають на здоров'я, отримання досвіду дотримання здорового способу життя. Дидактичні ігри сприяють розвитку довільної уваги, пізнавальних здібностей, кмітливості, уяви; активізують інтерес, розумову діяльність, творчу думку і волю дітей, здатність до аналізу ситуації, постановки і вирішення задач; закріплюють знання, уміння і навички. Сюжетно-рольові ігри ґрунтуються на моделюванні змісту здоров'язбережувальної діяльності, відповідних ролей, систем і відносин. Практичні завдання і вправи забезпечують багаторазове повторення оздоровчих дій з метою формування та вдосконалення навичок здоров'язбережувальної поведінки.

Тренінг «Кольоротерапія – лікування кольором»

Мета: онаяомити учасників заняття з кольоротерапією, наукою про лікування кольором, з психологічною інтерпретацією кольорів, основними методами кольоротерапії, формувати навички надання кольоротерапевтичної допомоги собі та іншим.

Обладнання: кольорові фломастери, фарби, кольорові слайди, рекомендації щодо використання кольорів для оздоровлення організму, пам'ятка для учасників заняття, набір «кольорових продуктів», склянки з «кольоровою водою», кольорові свічки

План проведення заняття

- 1. Вправа «Мій улюблений колір»**
- 2. Привітання «Добрий день»**
- 3. Інформаційне повідомлення «Кольоротерапія в житті людини»**
- 4. Ознайомлення з рекомендаціями по використанню кольорів з метою надання кольоротерапевтичної допомоги**

Кольоротерапія – тонка і красива наука, яку до сьогоднішнього дня застосовують на Сході в боротьбі з депресією, апатією, слабкістю і багатьма іншими недугами. За допомогою кольору лікують вірусні та грибкові захворювання, ним впливають на органи почуттів дітей для їх якнайшвидшого розвитку. Якщо ви вирішили застосувати кольоротерапію в особистих цілях, виходьте з власних відчуттів, довіряйте своїй інтуїції. Якщо якийсь колір вам категорично не подобається, то ніякі рекомендації та його корисні властивості не варті того, щоб оточувати себе цим кольором. Головна умова успіху в кольоротерапії – чесність із самим собою, вміння слухати себе, готовність до змін. Кольоротерапія навряд чи допоможевилікувати серйозні захворювання, зате з її допомогою можна управляти своїм настроєм, емоціями, а це вже немало.

5. Вправа «Кольорова хвилинка»

Кожен з учасників групи фломастерами чи фарбами обирає колір, який відповідає його настрою:

- малює асоціативний малюнок;
- пише побажання членам групи

6. Вправа «Кольоровий настрій»

Учасники вибирають картки кольорів, які їм до вподоби, на звороті яких вказана асоціація даного кольору: червоний (кров), зелений(трава), жовтий(сонце), білий(сніг), синій(небо), чорний(земля).

Завдання: скласти сенкан, зміст якого відображає настрій обраного вами кольору і асоціації.

Наприклад:

Кров(червоний)

Гаряча, юна

Хвилює, нуртує, пульсує

Кров – червона ріка життя

Молодість

Трава(зелений)

Весняна, запашна
 Росте, пробивається, кличе
 Трава – зелений килим весни
 Радість

7. Колірний аутотренінг «Зоряне дихання»

За допомогою цієї техніки можна вилікуватися від болі будь-якого походження, тривоги, страху, поганого настрою. Якщо ви хочете, наприклад, позбутися від болю місцевого характеру, то направте кольоровий потік до хворого органу або частини тіла. До речі, ця техніка дуже корисна під час пологів, а також для заспокоєння перед виходом на сцену або під час екзаменів.

Перед тим як приступити до виконання цієї техніки визначтесь з тим, який саме колір вам зараз потрібний.

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 відчути це. Вдихати бажано саме носом. Затримайте дихання, порахувавши до трьох. Видихніть на раз-два-три. Ще двічі повторіть дихальний цикл.

8. Вправа «Проаналізуй день»

Життя коротке, а тому насолоджуйтесь ним! Памятайте, що невдачі – це лише Ваш досвід і тому навчіться бути вдячним, за те, що життя дарує його вам! Живіть кольорово, натхненно, щодня пізнавайте нове, позбавтеся чорно – білих днів, зробіть їх барвистими.

А для цього стане в пригоді вправа «Проаналізуй день». Повертаючись додому, згадайте приємні події, які відбулися з вами, розмалуйте кожну з них окремим кольором. Позитивних подій має бути не менше п'яти. І тоді приємний вечір забезпечений і вам, і вашій сім'ї.

Посміхніться своєму барвистому життю і воно відповість взаємністю.

Вельмишановні колеги! Насамкінець, для закріплення кольоротерапевтичного ефекту від нашого практичного заняття, я пропоную вам переглянути «Кольоровий покращувач настрою» і з «кольоровим настроєм» продовжимо роботу нашого семінару.

При розробці змісту системи творчих завдань ми виходили з позицій особистісного підходу, який передбачає, що в центрі освітнього процесу знаходиться дитина – її мотиви, цілі, рівень розвитку креативних здібностей. Усю систему творчих завдань було упорядковано на наступними напрямками:

1. Ігри, спрямовані на розвиток уяви як універсальної властивості, яка проникає в усі сфери життя дитини, включаючи навчання, читання художньої літератури, малювання, слухання музики, повсякденне спілкування з дорослими і однолітками, дозвілля тощо. На перших заняттях, ще до того, як розпочати систематично працювати з відповідним предметним матеріалом щодо підготовки дітей до читання і письма, ми пропонували дітям певні завдання. «Адресні» образотворчі листи. Діти спочатку обмінюються один з одним спеціальними (нескладними) малюнками, виробами, а потім піктограмами і шифрограмами, вкладеними в конверти. Головне, щоб це були «адресні» образотворчі послання (звернення): Андрійка до Маші, Колі до Оленки тощо, а автори цих послань прагнули до того, щоб вже під час їх створення, цілком конкретний «адресат» міг зрозуміти зміст отриманого «листа».

Також можна проводити роботи з дітьми зі створення експресивних ескізів на тему предметного зразка, що задається педагогом. У цьому процесі діти перетворюють, видозмінюють зразок. Зокрема, емоційно вживаючись в

потрібний образ (спочатку переживаючи його і виражаючи своє переживання за допомогою моторики), вони зображують «веселу лінію», «втомлену лінію», «дисципліновану лінію», «колючу лінію» тощо; «добрий круг», «пустотливий круг», «засмучений круг», «важливий круг» та ін. Однак, справа не обмежується лише виразом дитячого значення (задуму) в тому або іншому матеріалі. Адже через осмислений рух руки, що утілюється в малюнку (потім і в письмі), дитина здійснює роботу щодо побудови спілкування з іншою людиною.

Тому на наступному етапі на передній план виступають комунікативні задачі. Діти адресують один одному своєрідні образотворчі «повідомлення» (експресивні ескізи) на задану тему. Це можуть бути малюнки, що передають настрій, внутрішній стан, ставлення до друга та ін. Робота протікає у формі взаємного осмислення малюнків, специфічного «обміну значеннями», по можливості, що виключає оцінні думки щодо якості зображення. Взаємна оцінка набуває особливого значення вже на подальших етапах навчання: серед дітей розвертаються діалоги і дискусії з приводу малюнків. «Зачаровані маски». Дітям пропонується об'єднатися в пари і підібрати найбільш відповідну партнеру маску.

Потім потрібно зобразити на масці настрій товариша, при цьому обмінюючись думками, відчуттями. Однією з причин утруднень дітей може бути недостатнє уміння співвідносити колір з наявним зразком, невміння бачити і виділяти головне в процесі вирішення поставленої задачі. «Діалог на папері». Дітям пропонується об'єднатися в пари і зобразити на папері свою мрію. Партнер повинен відгадати, про що мріє дитина. Слід зазначити, що, як і при обговоренні малюнків, при вирішенні поставлених задач діти мають «обмінюватися» позиціями. Не знаючи задуму малюнка, той, хто дивиться буде намагатися вгадати по розташуванню елементів його зміст, користуючись виключно видимими особливостями їх взаєморозташування, просторовими зв'язками та іншими композиційними ознаками. Неспівпадання ставатиме предметом дитячих дискусій. «Бажання

чарівнику». Завдання схоже на попереднє і виконується на основі отриманих знань і вже набутого досвіду. Це підтверджує, що здатність будувати задуми безпосередньо пов'язана з рівнем розвитку уяви. Здатність же створювати, а, отже, і мати задуми не є результатом пасивної мрійливості, вона формується дитиною усередині активної образотворчої діяльності і завдяки самому малюванню. «Лист другові». Дітям пропонується намалювати те, що вони хотіли б розповісти другові про своє життя. Після цього організовується обговорення малюнків. «Виразне кидання м'яча». Дану вправу варто використовувати під час відпочинку на свіжому повітрі. Але аналогічний підхід цілком здійснимий і на заняттях з фізичної культури як у ЗДО, так і в початковій школі. Вправа спрямована на вироблення навичок кидання м'яча. Перш ніж навчити дітей кидати м'яч різними способами, їм пропонується спробувати себе у «виразному киданні». Перекидаючи м'яч один одному, вони обмінюються своєрідними «повідомленнями»: політ м'яча повинен виражати певний внутрішній стан – радість і смуток, стомленість і бадьорість, зосередженість і незібраність, серйозний і пустотливий настрій. В результаті успішність в оволодінні технічними навиками кидання і дітей помітно зростає. Усі ігрові вправи даного розділу нагадують написання і читання листів. У дітей складаються передумови умінь читання і письма. Адже і те, і інше – це форми «заочного» спілкування людей. «Заочного» – і тому вимагає підключення «сили уяви» автора і адресата. При первинному навчанні читанню і письму, рушійною силою дитини повинна бути мотивація передачі змісту невидимому, «віртуальному» співбесіднику в надії отримати від нього такий же «смісловий» відгук (навіть якщо при цьому він ще багато не знає і не уміє, робить помилки тощо). Надалі мовлення все більш згортається в своїй соціально-комунікативній функції, поступово перетворюючись на дидактичний предмет – у дитини формують вже не здібність до мовного спілкування, а операційно-технічну основу читання і письма. Але саме у функції смислового інструменту спілкування до нього спочатку звертається дитина. Без цього успіхи первинного навчання читанню

і письму виявляться вельми проблематичними. Якраз утилітарний характер такого навчання в ЗДО і школі перешкоджає повноцінному освоєнню мовлення як живого творіння культури. З мовою пропонується працювати як з будівельним матеріалом: з букв – складати склади, з складів – слова, із слів – фрази, з фраз – речення, з речень – текст (зв'язне висловлення). Цей підказаний здоровим глуздом шлях розходиться із справжньою логікою освоєння мови і розвитку мовлення, з їх об'єктивними законами. Звідси – і численні труднощі в ході шкільного навчання рідної мови. Разом з тим існує і інший шлях, коли при формуванні первинних умінь читання і письма перед дітьми виділяються і ставляться перш за все комунікативні задачі. У них виробляється орієнтація на уявного читача при підготовці до письма (основна ідея методики розвитку письмового мовлення, створеного Д.Ельконіним), на уявного автора – при підготовці до читання. Завдяки цьому діти із самого початку осмислюють читання і письмо як самотні способи діалогічної взаємодії однієї людини з іншою. Тільки на цій основі дитина зможе потім розчленовувати потік власної думки і розгорнено оформити її в тексті (рівно як і адекватно сприймати текст – розгорнений вираз думки іншої людини). Це означає, що формування умінь читання і письма неможливе без розвитку уяви, починаючи з дошкільного віку.

2. Ігри, спрямовані на розвиток імажинативних (від англійського *imagination* – уява) здібностей та вмінь: використання заміників предметів, «опредмечування» невизначеного об'єкта, створення образів за словесним описом або неповним графічним зображенням, оперування уявними образами простих багатовимірних об'єктів (просторова уява), складання і послідовна реалізація плану.

3. Завдання тестової діагностики творчих потенційних можливостей дітей. При будь-якому методичному підході до виховання дошкільників залишається проблема фіксації його результативності. Принципово можна говорити про спостереження (включаючи й експертні оцінки) і тестування (включаючи оцінки предметної діяльності). В процесі виконання дітьми всіх

завдань, передбачених нашою програмою, ми отримували вагомий діагностичний матеріал, який дозволяв, за необхідністю, корегувати зміст занять, стиль спілкування тощо як по відношенню до конкретної особистості, так і по відношенню до батьків.

4. Ігрові форми проведення фізкультхвилинок та «пальчикових ігор», хвилинок фантазування.

Також нами було розроблено анкету для батьків.

Анкета для батьків

1. Який улюблений колір Вашої дитини?
2. Чи вивчаєте Ви нові кольори з дитиною?
3. Чи використовуєте Ви кольори під час ігор з дитиною?
4. Як реагує Ваша дитина на нові кольори?
5. Які любить Ваша дитина малювати предмети, що виникають в її уяві?
6. Скільки кольорів знає Ваша дитина?
7. Чи любить Ваша дитина розмальовки?
8. Чи любить Ваша дитина гратися кольоровими іграшками?
9. Чи любить Ваша дитина одягатися в кольорові речі?
10. Чи є у дитини достатній вибір кольорів, які можна використовувати для малювання?

Отже, нами було висунуто припущення, що саме такі напрямки роботи з використанням системи творчих завдань повинні сприяти підвищенню рівня творчої уяви дітей старшого дошкільного віку. Створення на заняттях атмосфери творчості, зацікавленості, невимушеності, експериментування, емоційного переживання, розвиток у дітей сенсорного сприйняття кольору, розвиток колірної сприйнятливості, розкриття резервів дитини у кольорі та вміння винаходити способи колористичного рішення малюнка; створювати свої колірні комбінації, виражати себе через колір, розвивати прагнення до пізнання кольору, краси фарб у природі, мистецтві, навколишньому світі,

викликати бажання досліджувати колір, експериментувати з ним, створювати цікаві колірні комбінації, створення цікавих програм, вправ та занять, ігор та дослідів, в яких використовується кольоротерапія – завдання педагогів.

3.3. Творче використання вихователями засобів кольоротерапії в освітньому процесі закладі дошкільної освіти

На контрольному етапі педагогічного експерименту з розвитку творчих здібностей дітей на заняттях із зображувальної діяльності було використано тест «Лінії» П. Торренса (із адаптацією його до даної вікової категорії дітей дошкільного віку) (див. Додаток В), тест Люшера (див. Додаток Г).

Завданням тесту було побудувати якомога більше предметів або сюжетних картинок з кожної пари ліній. Ці лінії повинні становити основну частину вашої картини. Дітям необхідно кольоровими олівцями додати лінії до кожної пари, щоб картина була закінчена. Можна малювати між лініями, над лініями, навколо ліній – де завгодно. Окрім того, необхідно скласти якомога більше предметів або картинок, спробувати зробити їх якомога більш цікавими, підписати кожну картинку, придумавши її назву.

Розподіл оцінювання був наступний:

17–20 балів – високий рівень;

11–16 балів – середній рівень;

7–10 балів – низький рівень.

У таблиці 3.5 представлені результати дослідження рівня розвиненості творчих здібностей дітей на контрольному етапі педагогічного експерименту.

Таблиця 3.5

**Результати дослідження рівня розвиненості творчої уяви дітей
старшого дошкільного віку (експериментальна група)**

№ п/п	Ім'я дитини	Кількість балів
1	Марія	10 балів
2	Кирило	15 балів
3	Ірина	18 балів
4	Олена	14 балів
5	Наташа	17 балів
6	Максим	16 балів
7	Данило	10 балів
8	Олександр	18 балів
9	Михайло	13 балів
10	Вікторія	18 балів
11	Катерина	13 балів
12	Анна	17 балів
13	Світлана	14 балів
14	Микита	13 балів
15	Євген	17 балів

Отже, проаналізувавши результати дослідження на початку та в кінці експерименту виявили, що рівень розвитку творчих здібностей дітей зріс. Результати були такими: лише 2 дітей (13,3 %) мають низький рівень. Всі інші високий і середній 6 (40 %) – високий, 7 (53,3 %) – середній) (рис. 3.4.)

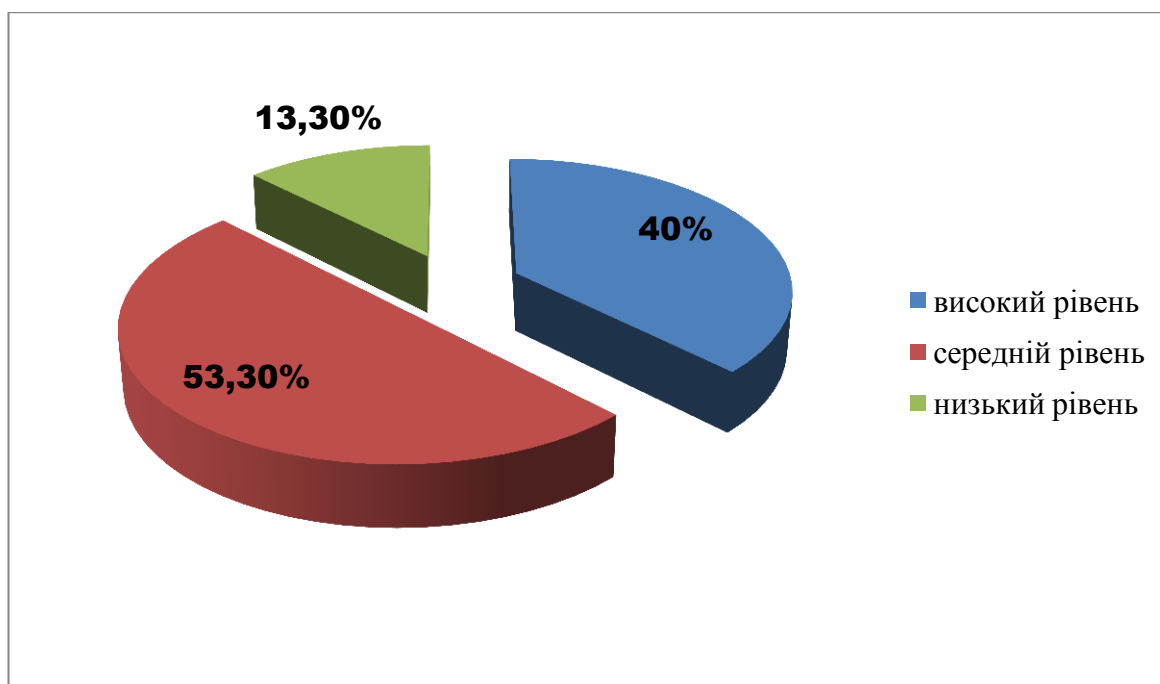


Рис. 3.5. Рівень розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку (експериментальна група)

Таблиця 3.6

Результати дослідження рівня розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку (контрольна група)

№ п/п	Ім'я дитини	Кількість балів
1	Яна	9 балів
2	Олександра	11 балів
3	Юлія	18 балів
4	Назар	7 балів
5	Анастасія	11 балів
6	Марк	10 балів
7	Кирило	6 балів
8	Віктор	8 балів
9	Максим	6 балів

закінчення табл. 3.6.

10	Олена	9 балів
11	Тамара	12 балів
12	Оксана	11 балів
13	Софія	15 балів
14	Михайло	9 балів
15	Сергій	15 балів

Таким чином, двоє дітей мають високий рівень (13,3%), 8 – середній (53,3%), 5 – низький (33,3%) (рис. 3.6).

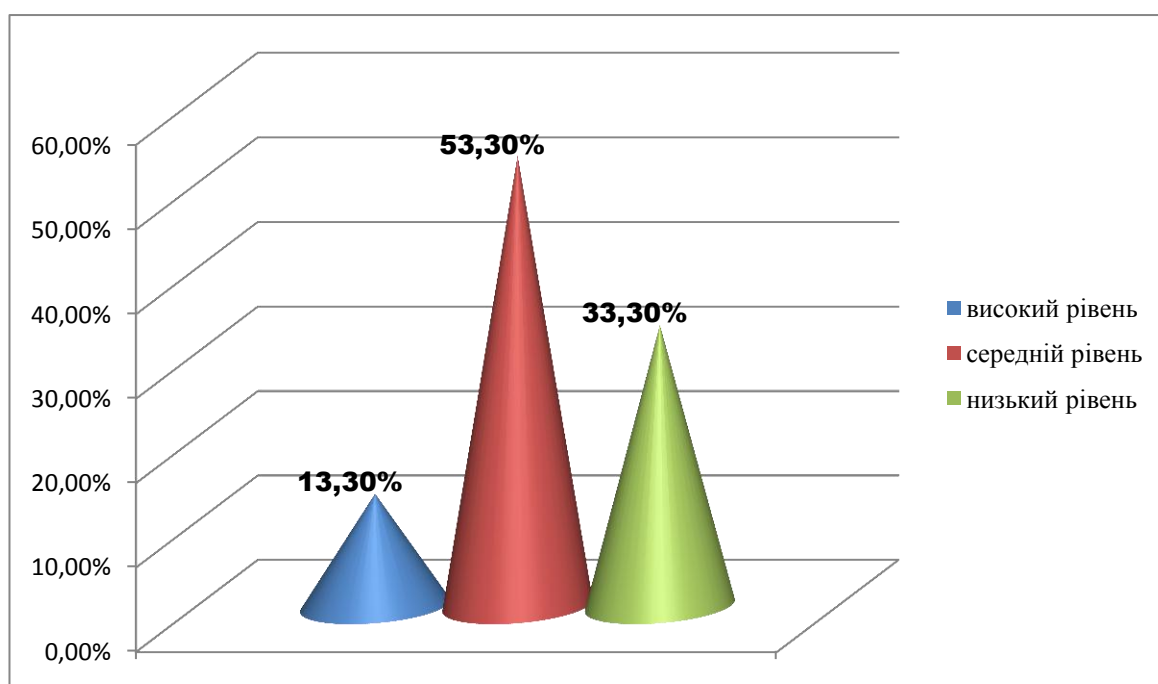


Рис. 3.6. Рівень розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку (контрольна група)

Тест Люшера складається з 7 наборів різних кольорів, що в цілому складає 73 кольорові смужки. Колір, якому дитина віддає перше місце, викликає у нього найбільшу симпатію, той, який він обирає останнім і який займає 8-е місце, викликає у нього антипатію, ну або ж найслабшу симпатію.

Побачивши, яке місце в списку займає той чи інший колір, психолог визначає властиву йому «функцію».

Змішуємо кольорові картки і викладає колірною поверхнею наверх.

Інструкція. Досліджуваному треба обрати з восьми кольорів той, який найбільше подобається. При цьому потрібно пояснити, що він повинен вибрати колір не намагаючись співвіднести його з улюбленим кольором в одязі, кольором очей і т. д. Картку з вибраним кольором слід відкласти в сторону, перевернувши кольоровою стороною вниз. Потім треба обрати з решти семи кольорів найбільш приємний. Обрану картку слід покласти кольоровою стороною вниз праворуч від першої. І так до кінця. Потім психолог переписує номери карток в розкладеному порядку.

Через 2-3 хв. Знову процедуру слід повторити. При цьому варто пояснити, що досліджуваний не повинен згадувати порядок розкладки у першому виборі і свідомо змінювати попередній порядок. Він повинен вибирати кольори, як ніби вперше.

Перший вибір в тесті Люшера характеризує бажаний стан, другий – дійсний.

Таблиця 3.7

Тест Люшера (експериментальна група):

№ п/п	Ім'я дитини	
1	Марія	Червоний
2	Кирило	Жовтий
3	Ірина	Червоний
4	Олена	Синій
5	Наташа	Жовтий
6	Максим	Синій
7	Данило	Фіолетовий
8	Олександр	Жовтий

9	Михайло	Червоний
10	Вікторія	Фіолетовий

закінчення табл. 3.7.

11	Катерина	Жовтий
12	Анна	Коричневий
13	Світлана	Червоний
14	Микита	Синій
15	Євген	Чорний

Таблиця 3.8

Тест Люшера (експериментальна група):

№ п/п	Ім'я дитини	Кількість балів
1	Яна	Червоний
2	Олександра	Фіолетовий
3	Юлія	Червоний
4	Назар	Коричневий
5	Анастасія	Синій
6	Марк	Жовтий
7	Кирило	Фіолетовий
8	Віктор	Червоний
9	Максим	Фіолетовий
10	Олена	Червоний
11	Тамара	Жовтий
12	Оксана	Коричневий
13	Софія	Червоний
14	Михайло	Синій
15	Сергій	Жовтий

Червоному кольору віддають перевагу ті, хто легко збуджуються і не позбавлені чутливості. Ті, хто легко приймає рішення і пристрасно його відстоює.

Помаранчевий колір - це колір дії, ентузіазму і свободи. Якщо ви обожнюєте цей колір, ви людина, що інстинктивно обирає правильний шлях незалежно від свого інтелекту.

Любителі жовтого кольору – енергійні діти з яскраво вираженою фантазією та уявою. Мають живий розум, завдяки якому швидко засвоюють будь-яку інформацію.

Потяг до зеленого кольору говорить про врівноваженості дитячого характеру, а також про порядність і чуйність.

Помічено, що синій колір особливо привабливий для дітей ввічливих, поступливіших.

У таблиці 3.8. наведено порівняльні результати контрольної та експериментальної груп на початку та в кінці дослідно-експериментальної роботи

Таблиця 3.8

Результати дослідження рівня розвиненості творчої уяви дітей старшого дошкільного віку

Рівні	Експериментальні групи		Контрольні групи	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
Високий	13,3 %	40 %	12,5 %	13,3 %
Середній	56,65 %	53,3 %	56,05 %	53,3 %
Низький	29,9 %	13,3 %	31,6 %	33,3 %

Отже, розроблена авторська програма мала позитивний вплив на розвиток творчої уяви дітей дошкільного віку засобами кольоротерапії. У

дітей, які брали участь в експерименті, окрім розвитку творчої уяви, проявилися суттєві особистісні зміни: діти стали більш активними, ініціативними, здатними до прийняття самостійних рішень, до знаходження особистісних оригінальних рішень. У них знизився страх перед невдачею, перед можливим критичним зауваженням. З'явилася більша упевненість у собі і у своїх можливостях.

На основі проведеної дослідно-експериментальної роботи нами розроблено методичні рекомендації щодо творчого використання вихователями засобів кольоротерапії в освітньому процесі:

- 1) Використання різних методів кольоротерапії.
- 2) Використання ігор, спрямованих на розвиток уяви як універсальної властивості.
- 3) Проведення тестової діагностики творчих потенційних можливостей дітей засобами кольоротерапії.
- 4) Проведення ігрових форм засобами кольоротерапії.
- 5) Використання системи лікування кольором.

Висновки до 3 розділу

Під час реалізації експериментальної роботи нами були виявлені особливості розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку, а саме:

- 1) розвиток творчої уяви дітей носить індивідуальний характер;
- 2) темпи розвитку в окремих дітей відрізняються;
- 3) рівні розвитку творчої уяви залежать від факторів, а саме наявність природних задатків, підтримка процесу розвитку з боку сім'ї, наявність та доступність зображувальних матеріалів у розвивальному оточенні.

Експериментально-дослідну роботу проведено на базі ЗДО (ясла-садок) комбінованого типу №89 «Віночок». В експериментальній роботі взяли участь 30 дітей, 5 вихователів та практичний психолог. Нами було використано такі методики:

- намалюй картинку.
- закінчи малюнок
- тест «Лінії» П. Торренса (із адаптацією його до даної вікової категорії дітей дошкільного віку);
- тест Люшера.

Методика була розроблена з використанням наукових доробків О. Барташнікова, І. Барташнікової, О. Ликової, Б. Нікітіна та інших, з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей дошкільного віку.

Також ми навели приклади вправ із застосуванням кольоротерапії та розробили тренінг «Кольоротерапія – лікування кольором». Метою тренінгу було ознайомити учасників заняття з кольоротерапією, наукою про лікування кольором, з психологічною інтерпретацією кольорів, основними методами кольоротерапії, формувати навички надання кольоротерапевтичної допомоги собі та іншим.

Запропонована нами анкета для батьків направлена на розуміння батьків наскільки їхні діти сприймають кольори та стане корисною для педагогів.

Значні зміни сталися в експериментальних групах, а саме: високий рівень розвитку зріс на 26,7% (із 13,3% до 40%), середній впав на 3,35% (із 56,65% до 53,3%), однак низький рівень впав на 16,6% (із 29,9% до 13,3%).

ВИСНОВКИ

У дослідженні запропоновано теоретичне узагальнення та нове бачення стосовно впливу кольору на творчу уяву дітей старшого дошкільного віку, про що свідчить обґрунтування та експериментальна перевірка методики розвитку творчої уяви дитини дошкільного віку в закладі дошкільної освіти (на прикладі кольоротерапії). За результатами дослідження можемо зробити такі висновки

1. Вивчено поняття творчої уяви у філософській та психолого-педагогічній літературі. Проблему творчої уяви особистості можна вважати однією з фундаментальних проблем всієї сукупності гуманітарних наук, всього людинознавства. У ній поєднуються інтереси філософії, історії, психології, фізіології, педагогіки. Природно, що трактування поняття «творча уява» в тій або іншій галузі науки має різне значення і розглядається (виходячи з предмету, цільових установок, методологічної основи) з різних позицій.

Проблема творчості дітей, розвитку їх творчого мислення, креативних здібностей є предметом цілеспрямованого наукового пошуку вчених у галузі філософії, культурології, естетики, психології та педагогіки. Так, розкриттю і характеристиці специфічних особливостей творчих здібностей (гнучкість, пластичність, швидкість, оригінальність) присвячені дослідження Д.Богоявленської, В.Дружиніна, А.Козирєвої; зарубіжних учених – Е. де Боно, Дж.Гілфорда, П.Торренса та ін. В роботах В.Давидова, І.Лернера, Л.Занкова, О.Матюшкіна, та ін. були розроблені і апробовані практичні методи розвитку творчих здібностей у процесі навчання. Дослідженню дитячої творчості та визначенню критеріїв оцінки її результатів присвячені праці Л.Артемової, А.Богущ, Н.Ветлугіної, Н.Гавриш, О.Кононко, К.Крутій, Н.Кудикіної, Т.Піроженко, З.Плохій, Т.Поніманської, О.Савченко, Г.Тарасенко та ін.

Уява з позиції психології – складний психічний процес перетворюючої діяльності особистості, багатofункціональний, необхідно важливий і незамінний компонент, що виконує дуже суттєву роль в регуляції життя та діяльності кожної людини. Іншими словами, уява є властивістю психіки людини створювати образи, що відображають дійсність або що прогнозують процес майбутньої діяльності і її результати.

Узагальнення поглядів науковців на сутність уяви дозволяє стверджувати, що уява виступає необхідним компонентом усіх видів творчої діяльності людини в будь-якому віці. Основними завданнями уяви є: 1) передбачення очікуваного процесу і результату до їх здійснення; 2) формування образів об'єктів, що ніколи не існували або реально не існували; 3) розв'язування завдань і забезпечення пізнавального процесу в умовах невизначеності і обмеженості інформаційних або інших ресурсів. Важливим для нашого дослідження виступає класифікація уяви. Так, вчені виокремлюють мимовільну (пасивну) і довільну (активну) уяву; відтворюючу і творчу уяву; абстрактну і конкретну уяву. У наукових дослідженнях зустрічаємо терміни «активна уява», «творча уява», «креативна уява», які зіставляються саме з продуктивною уявою (термін, запропонований Г.Гегелем).

2. Охарактеризовано особливості розвитку уяви дітей старшого дошкільного віку. Щоб виховати творчу людину, необхідно приділити увагу творчому розвиткові дошкільнят. А щоб створити міцну основу для творчої діяльності дитини, необхідно постійно збагачувати її досвід. Створені уявою образи будуються з елементів, що беруться із дійсності та знаходяться у досвіді як пам'ять про минулі речі та події. Чим більше дитина знає, чим більша кількість предметів навколишньої дійсності їй знайома, тим кращою буде її діяльність, творча уява, тим більше творчою особистістю вона ростиме.

3. Визначено рівень розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольороперапії. Експериментально-дослідну

роботу проведено на базі ЗДО (ясла-садок) комбінованого типу №89 «Віночок». В експериментальній роботі взяли участь 30 дітей, 5 вихователів та практичний психолог. Нами було використано такі методики: намалюй картинку, закінчи малюнок, тест «Лінії» П. Торренса (із адаптацією його до даної вікової категорії дітей дошкільного віку), тест Люшера. Дослідження показало, що значні зміни сталися в експериментальних групах, а саме: високий рівень розвитку зріс на 26,7% (із 13,3% до 40%), середній впав на 3,35% (із 56,65% до 53,3%), однак низький рівень впав на 16,6% (із 29,9% до 13,3%).

4. Аналізуючи отриманні експериментальні дані констатувального етапу, ми зробили висновок, що в групі переважає середній та низький рівень розвитку творчої уяви. Діти зазнавали труднощі. Вони не вміли спрямовувати уяву на вирішення поставленої задачі. Творчу діяльність дітей ми визначили як пасивну. Багато дітей не намагаються спробувати вигадати, вони просто відмовляються від завдання, замінюючи свій малюнок чимось іншим. Роботи дітей свідчать про низький рівень розвитку технічних вмінь, що в більшості випадків гальмує реалізацію творчого задуму.

5. Розроблено програму розвитку творчої уяви дітей старшого дошкільного віку засобами кольоропедagogії. Розроблена програма впроваджувалася з урахуванням вікових особливостей дітей. Методика є інтегрованою і відкриває можливості для подальшого дослідження та втілення в життя напрямки розвитку особистості дитини. Побудова змісту програми забезпечувалася варіативністю різних видів діяльності, добору зручного для дитини матеріалу. Робота з дітьми була побудована на ігровій основі. Гра не тільки створює умови для вияву творчості, вона у значній мірі стимулює розвиток творчої уяви. Важлива особливість методики полягає у мотиваційному характері її реалізації. Бажання дитини є первинною умовою дієвості системи. Діти включалися у процес тому, що він їм подобався.

6. Доведено, що впровадження розробленої програми сприяє збагаченню емоційної, мотиваційної, когнітивної сфер особистості

дошкільника. Це стимулює їх самовираження у практичній творчій діяльності.

Таким чином, результати дослідження дають підстави вважати, що поставлена мета є правильною, визначені завдання реалізовані, що має важливе значення для підвищення рівня розвитку в дошкільників творчої уяви засобами кольоротерапії.

Перспективами подальшого розвитку вбачаємо, дослідження присвячене порівнянню впливу кольоротерапії на уяву дітей молодшого та старшого дошкільного віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Брушлинский А. Воображение и творчество. Москва, 1965. С. 345.
2. Ваганова Н. Розуміння як показник інтелектуальної та творчої обдарованості старших дошкільників. Київ, 2001. Т. III. Ч. 8. С. 56–64.
3. Ваганова Н. Розвиток творчого потенціалу в дошкільному віці. *Психолог*. 2006. № 20. С. 16–18.
4. Выготский Л. Воображение и творчество в детском возрасте. Москва : Просвещение, 1991. 93 с.
5. Голюк О. Ціннісні орієнтації батьків як основа забезпечення гармонійного буття дитини у сім'ї. *Імідж сучасного педагога*. 2015. № 6 (155) С. 41–44
6. Дружинин В. Психология общих способностей. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 358 с.
7. Дьяченко О., Кириллова А. О некоторых особенностях развития воображения у детей дошкольного возраста. *Вопросы психологии*. 1980. № 2. С. 107–114.
8. Дьяченко О. Пути активизации воображения дошкольников. *Вопросы психологии*. 1987. № 1. С. 44–51.
9. Заброцький М. Вікова психологія. Київ : МАУП, 1998. 92 с.
10. Карабаєва І., Карасьова К. Взаємозв'язок уяви, гри та навчання в дошкільному віці. *Обдарована дитина*. 2008. №10. С. 51–55.
11. Кит Г. Организация поисково-исследовательской деятельности детей дошкольного возраста. Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы: сборник материалов У Международного научнопрактического семинара. Барановичи : БарГУ, 2016. С. 32–34.
12. Кривошея Т. Развитие творческих способностей младших школьников в контексте взаимосвязи их умственной и эстетической деятельности (на материалах изучения математики). *Социально-*

педагогическая и медико-психологическая поддержка развития личности в онтогенезе : сб. матер. междунар. научнопрактической конф. Брест : БрГУ, 2016. С. 102–106.

13. Крысько В. Общая психология в схемах и комментариях. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 256 с.

14. Лазарєв М. Основи педагогічної творчості. Суми : ВВП «Мрія»-ЛТД, 1995. 212 с.

15. Максименко С., Соловієнко В. Загальна психологія. Київ : МАУП, 2000. 256 с.

16. Моляко В. Психологические проблемы творческой одаренности. Київ : Знание, 1995. 52 с.

17. Момот Л., шелестова Л. До проблеми формування творчих здібностей у процесі навчання. *Педагогіка і психологія*. 1997. № 2. С. 53–59.

18. Немов Р. Психология. Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 1: Общие основы психологии. С. 85–88.

19. Николаенко Н. Психология творчества. Санкт-Петербург : Речь, 2007. 288 с.

20. Рубинштейн С. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 713 с.

21. Тітов І. Творча уява молодшого школяра: її критерії та функції у навчальній діяльності. *Обдарована дитина*. 2008. №10. С. 56–60.

22. Ткачук О. До проблеми співвідношення художніх здібностей і функціональної асиметрії мозку. *Сборник научных статей I Международного образовательного форума «Личность в едином образовательном пространстве»*, г. Запорожье, 5-7 мая 2010 г. Частина 1. Запоріжжя : Ліпс, 2010. С. 174–177

23. Артпедагогіка і арттерапія в спеціальній освіті: [підручник для вузів] / Т.А. Добровольська, Л.Н. Комісарова, І.Ю. Левченко, Є.А. Медведєва. Москва : Академія, 2001. 248 с.

24. Бреслав Г. Емоційна особливість формування особистості в дитинстві: норма і ставлення. Москва : Педагогіка, 1990. 144 с.
25. Жукова І., Шапіро О. Арт-терапія в дитячому будинку. *Шкільний психолог додаток до газети "Перше вересня"*. 2001. № 40.
26. Карабанова О. Гра в корекції психічного розвитку дитини. Москва, 1997. 50 с.
27. Копитін А. Арттерапія. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 320 с.
28. Наумова Т. Лікування душі через мистецтво. *Народна школа*. 2003. № 1.
29. Осипова А. Загальна психокорекція. Москва : Сфера, 2002. 510 с.
30. Психокорекційна та розвиваюча робота з дітьми / ред. І.В.Дубровиной. Москва : Академія, 1998. 160 с.
31. Шоттенлоер Г. Малюнок і образ у терапії. Санкт-Петербург : Питер, 145с.
32. Андрющенко Т. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Київ, 2007. 258 с.
33. Бех І. Вибрані наукові праці. Виховання особистості. Чернівці : Бурек, 2015. 840 с.
34. Беленька Г., Богініч О., Машовець М. Здоров'я дитини – від родини. Київ : СПБ Богданова А. М., 2006. 220 с.
35. Біла І. Психологія дитячої творчості. Київ : Фенікс, 2014. 200 с.
36. Богініч О., Левінець Н, Петрова Ж. Створення здоров'язберігаючих технологій в дошкільному навчальному закладі. *Сучасні технології в дошкільній освіті України. Київ : НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2008. С. 14–25.*
37. Богініч О. Сутність здоров'язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку. *Вісник Прикарпатського університету імені І. Франка. Івано-Франківськ, 2008. Вип. XVII–XVIII. – Педагогіка. С. 191–199.*

38. Вайнер Э. Валеология. Москва : Флинта – Наука, 2002. 416 с.
39. Ващенко О., Свидиренко С. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах. *Директор школи*. 2006. №20. С. 12–15.
40. Вільчковський Е. Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку. Київ, 1998. 196 с.
41. Вільчковський Е. Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дошкільного віку. Київ : ІЗМН, 1998. 64 с.
42. Вільчковський Е., дениченко Н., Цось А., Шияк Б. Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти. Запоріжжя : ЗОШПО, 2010. 250 с.
43. Вільчковський Е., Денисенко Н. Організація рухового режиму у дошкільних навчальних закладах. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 128 с.
44. Вільчковський Е., Курок О. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Суми : ВТД «Університетська книга», 2004. 428 с.
45. Воронцова Т., Пономаренко В. Навчання здоровому способу життя на основі життєвих навичок. Київ : Просвіта, 2007. 246 с.
46. Выготский Л. Педагогическая психология. Москва : Педагогика, 1991. С. 87.
47. Гаращенко Л. Здоров'язбережувальні методики виховання у фізкультурно-оздоровчому процесі сучасного дошкільного закладу. *Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету*. 2011. Вип. 1 (44). С. 67–71.
48. Головата О. Визначення рівня фізичного розвитку і соматичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2012. №5 (1). С. 66–70.
49. Гончаренко М., Лупаренко С. Поняття «валеопедагогіка» та «педагогічна валеологія» у психолого-педагогічній літературі. *Педагогічні*

науки: теорія, історія, інноваційні технології. Суми : СумДПУ, 2010. № 1 (3). С. 30–38.

50. Григорьева Т. Пути формирования здоровья школьников младшего возраста. Москва : Знание, 1990. С. 37.

51. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. №12. С. 4–6.

52. Денисенко Н. Педагогічні умови активізації рухового режиму дітей 5–7 років в дошкільних закладах : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Київ, 1994. 25 с.

53. Денисенко Н. Управління системою фізичного виховання дітей у дошкільних навчальних закладах. Запоріжжя : ЛПІС, 2001. 258 с.

54. Денисенко Н., Аксьонова О. Через рух – до здоров'я дітей. Тернопіль : Мандрівець, 2009. 88 с.

55. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / Л. В. Калузька, З. В. Калузький, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.

56. Дубогай О., Пангелов Б., Фролова Н., Горбенко М. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання й виховання школярів. Київ : Оріяни, 2001. 152 с.

57. Дубогай О. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. Київ : Шкільний світ, 2006. 128 с.

58. Дубчак Н. Здоровя людина – це найкоштовніший витвір природи. *Дитячий садок*. 2006. № 17.

59. Івахно О. Використання здоров'яформуючих технологій у сучасному дошкільному навчальному закладі для дітей загального розвитку. *Гігієна населених місць*. Київ, 2008. Вип. 52. С. 64–70.

60. Івахно О. Використання здоров'яформуючих технологій у сучасному дошкільному навчальному закладі для дітей загального розвитку. *Гігієна населених місць*. Київ, 2008. Вип. 52. С. 64–70.

61. Калуська Л. Бережемо здоров'я змалку. Харків : Ранок-НТ, 2007. 96 с.
62. Карасёва Т. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий. *Начальная школа*. 2005. №11. С. 11.
63. Коменский Я. Избранные педагогические сочинения : в 2 т. Москва : Педагогика, 1982. Т.1. 656 с.
64. Кошель А. Використання здоров'язбережувальних технологій у дошкільному закладі. *Розвиток концепції національної освіти С. Русової у сучасних умовах. Серія : Педагогічні науки*. С. 41–45.
65. Круцевич Т. Перспективы оптимизации содержания и организации физического воспитания в контексте формирования целостной гармонично развитой личности. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2012. №2. С. 4–10.
66. Леонтьев А. Деятельность. Сознание. Личность. Москва : Смысл, Академия. 2004. 346 с.
67. Маляр Н. Стан фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку. *Молода спортивна наука України*. 2010. Т.2. С. 155–160.
68. Обиденна В., Прокопенко А. Цілющі мудри. *Дошкільне виховання*. 2010. №5.
69. Обухова Л., Лемяскина Н. Уроки здоров'я. *Начальная школа*. 2002. № 6. С. 23.
70. Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти / Е. Вільчковський, Н. Денисенко, А. Цось, Б. Шиян [та ін.]. Запоріжжя : ЗОШПО, 2010. 250 с.
71. Осокина Т. Как научить детей плавать. Москва : Просвещение, 1991. 156 с.
72. Осокина Т., Тимофеева Е., Богина Т. Обучение плаванию в детском саду. Москва : Просвещение, 1991. 176 с.
73. Палій О. Смертність та тривалість життя в Україні. Здоров'я та відтворення народу України. Київ : Здоров'я, 1991. С. 27–30.

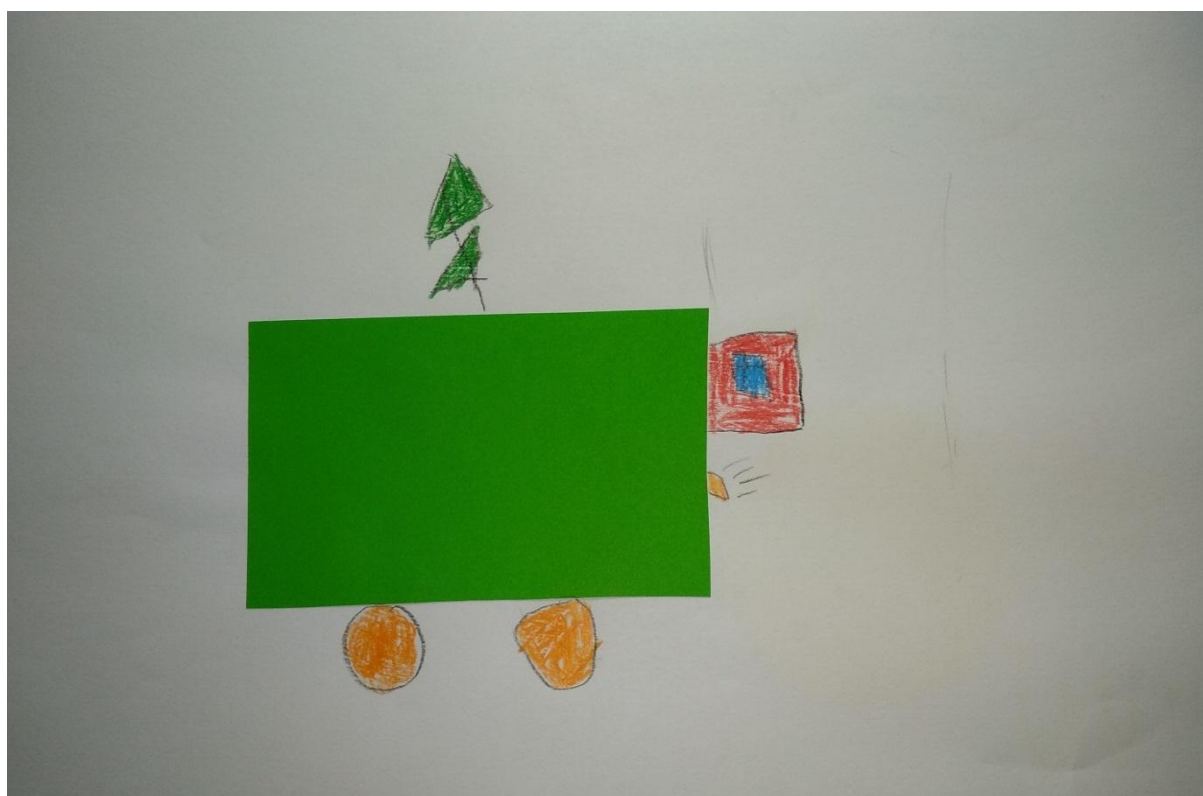
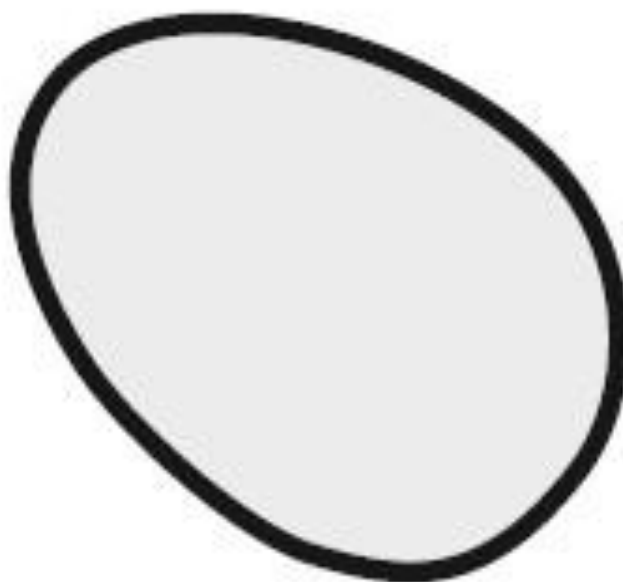
74. Пангелова Н. Напрями удосконалення змісту та організації фізичного виховання для гармонійного розвитку дошкільників. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2005. №2. С. 40–43.
75. Пасічник В., Сосновський Д. Оцінка фізичного і розумового розвитку дітей старшого дошкільного віку. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. №7. С. 86–90.
76. Пустовіт Г. Позашкільна освіта і виховання. Київ : Педагогічна думка, 2012. 272 с.
77. Рубан Н. «Здоров'ятворчі та здоров'язбережувальні технології». *Палітра педагога*. 2010. №2.
78. Рылова Н. Организационно-педагогические условия создания здоровьесберегающей среды образовательных учреждений : автореферат кандидатской дис. Кемерово : КГУ. 2007. С. 21.
79. Семенов О. Освітнє середовище позашкільного навчального закладу як чинник формування творчо спрямованої особистості старшого дошкільника. *Освітній простір України*, 2016. Вип. 6. С. 127–135.
80. Семенов О. Творчо спрямована особистість в онтогенезі та її психолого-педагогічний супровід. *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал: Матеріали звіт. наук.-практ. конф. Ін-ту проблем виховання НАПН України за 2013 рік*. Івано-Франківськ : НАІР, 2014. Вип. 4. С. 226–228.
81. Семенов О. Творчо спрямована особистість старшого дошкільника: сутність та характерні особливості. *Наука і освіта*. Серія: педагогіка і психологія. Одеса : ПНПУ, 2014. № 10/СХХVII. С. 190–194.
82. Смирнов Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва : АРКТИ. 2005. С. 320.
83. Соловьёва Н. Концепция здоровьесберегающей технологии в образовании и основы организационно-методические подходы ее реализации. *ЭКО*. 2004. № 17. С. 23–28.

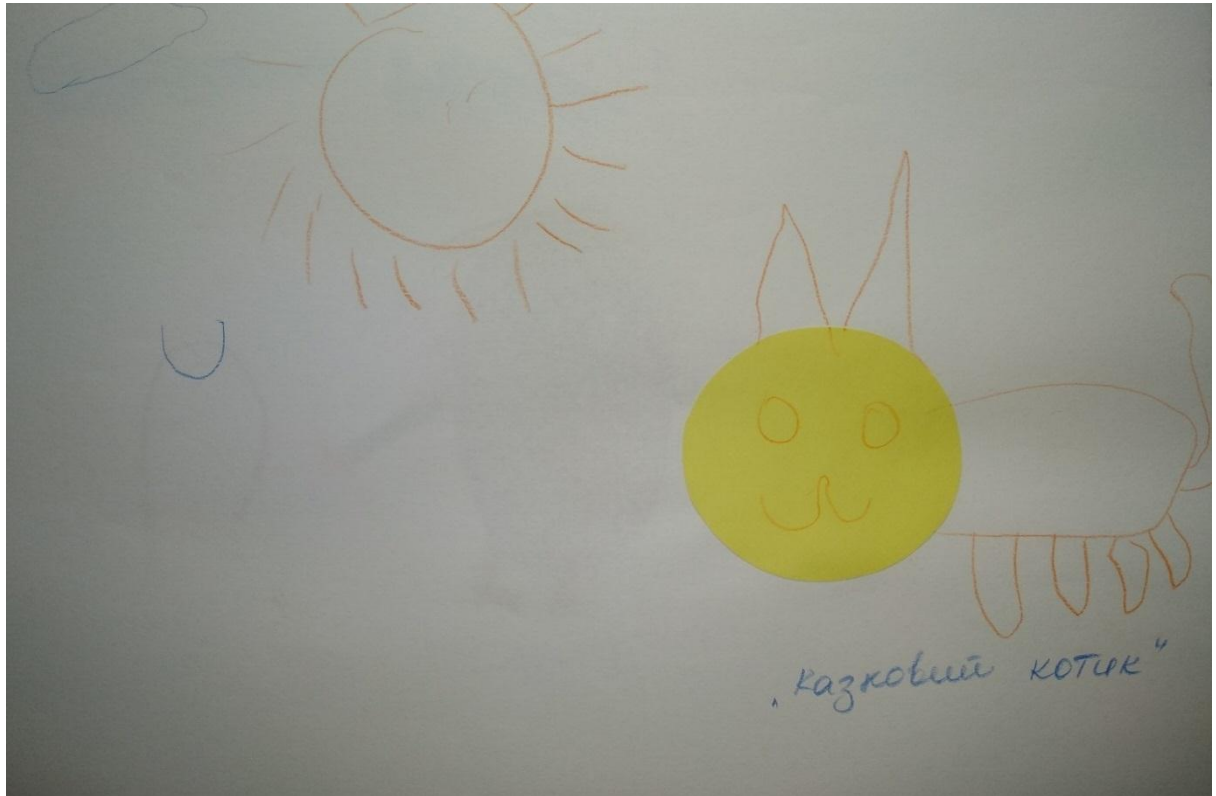
84. Тарасова Т. Контроль физического воспитания детей дошкольного возраста. Москва : ТЦ Сфера, 2006. 176 с.
85. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку / О. Л. Богініч, Н. В. Левінець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. Київ : Генеза, 2013. 128 с.
86. Формування здорового способу життя / О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова та ін. Київ : Укр. ін-т соц. дослідж., 2000. 232 с.
87. Чистякова М. Психогимнастика. Москва : Просвещение, 1990. 128 с.
88. Шамрай А. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи в ДНЗ. *Дошкільний навчальний заклад*. 2007. №10.
89. Яковенко Т. Оцінка здоров'я населення України з позицій потенціальної демографії. *Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства*. 2010. № 16.

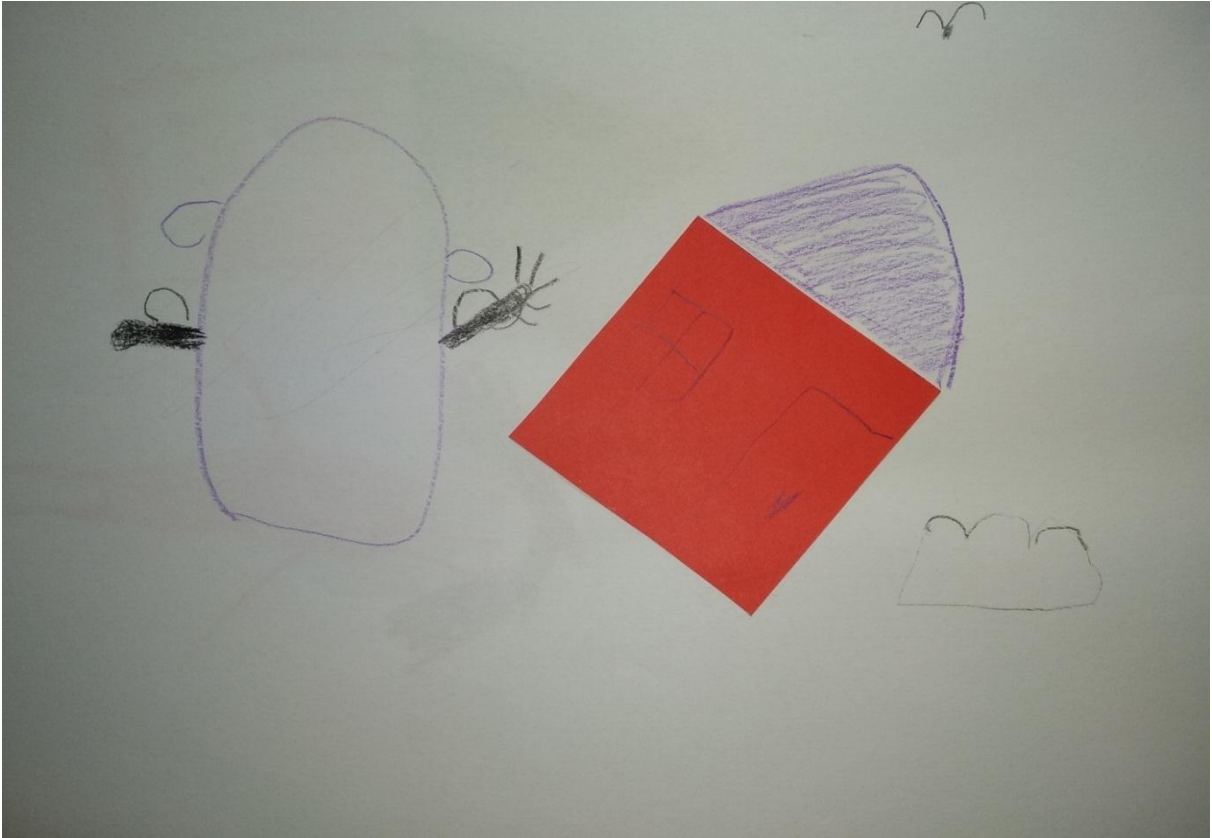
ДОДАТКИ

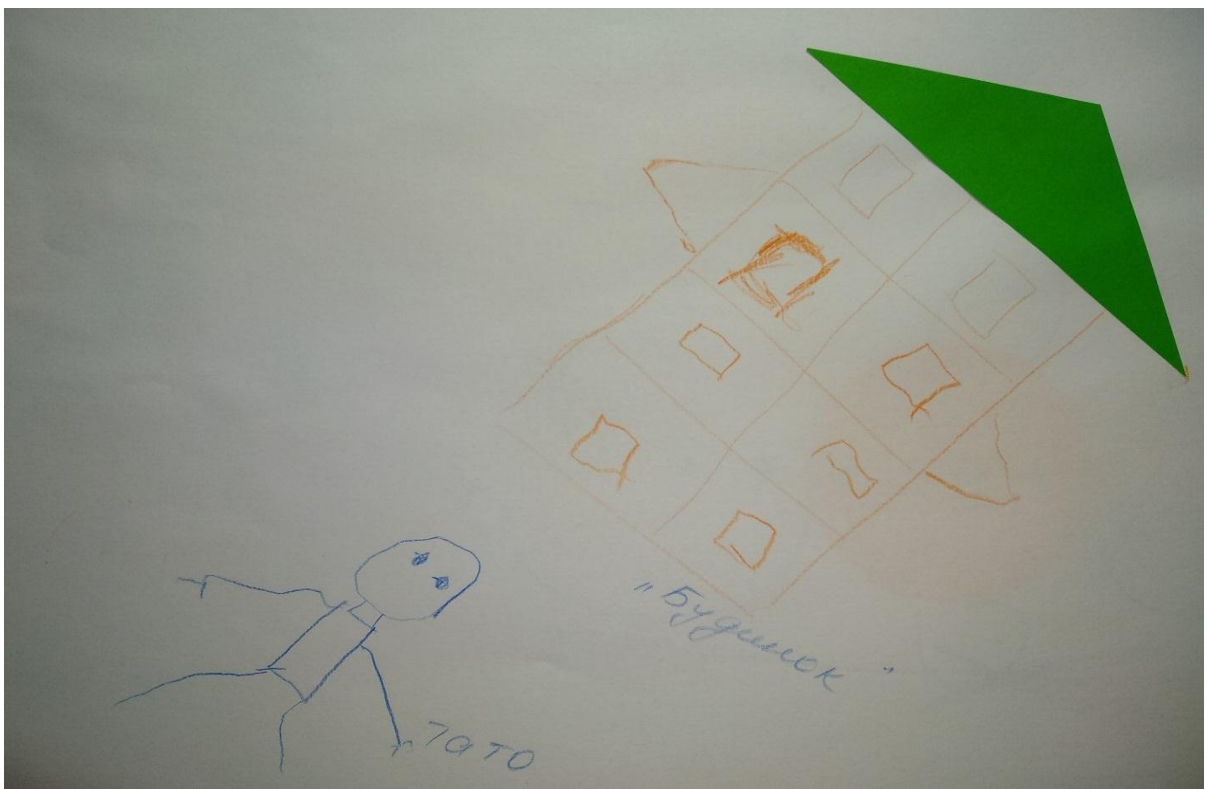
ДОДАТОК А

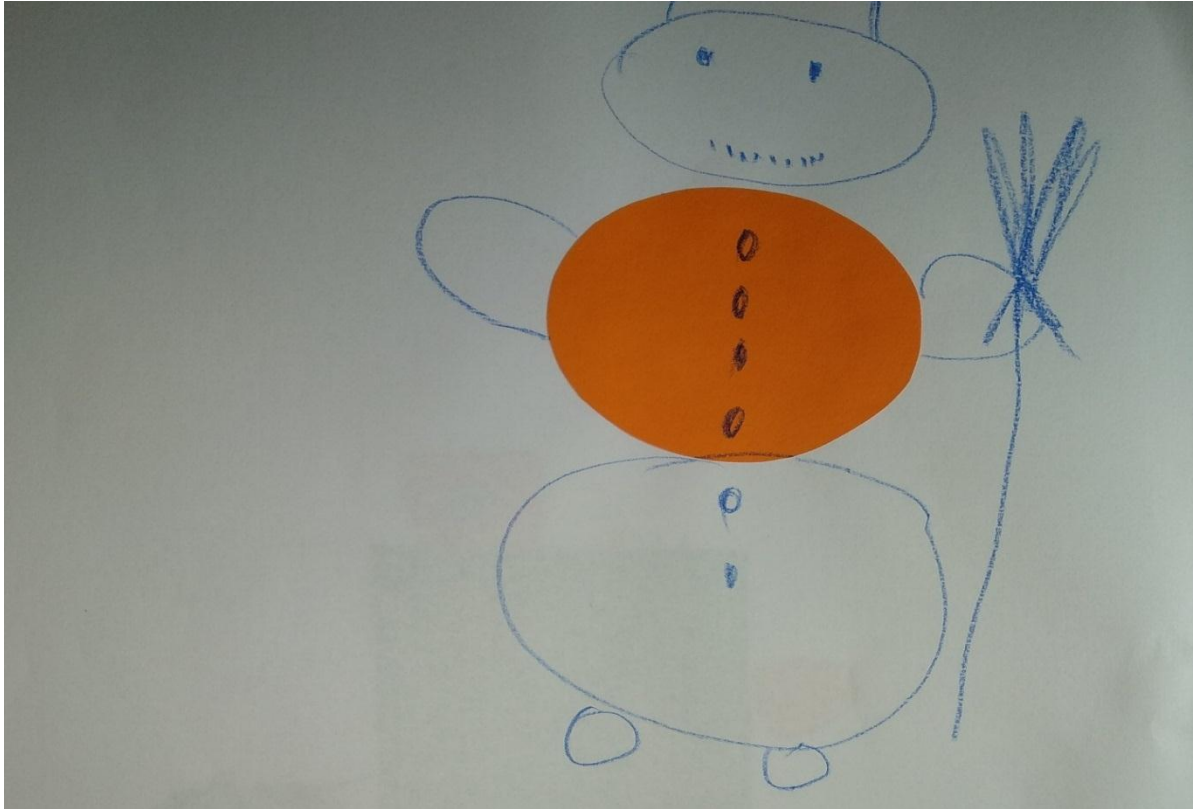
Завдання №1. Намалюй картинку





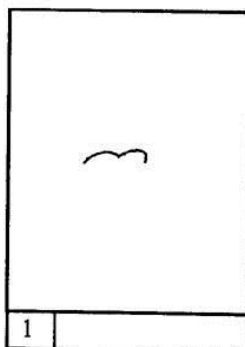




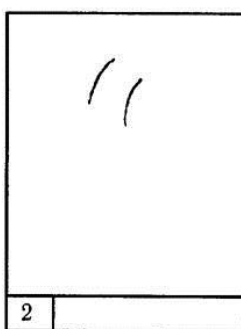


Завдання № 2. Закінчи малюнок

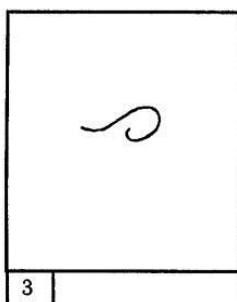
Картинка № 1



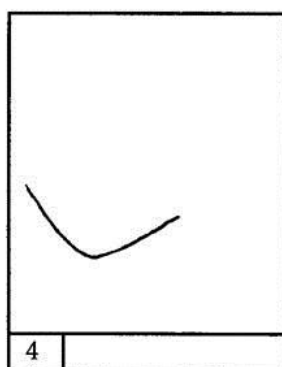
Картинка № 2



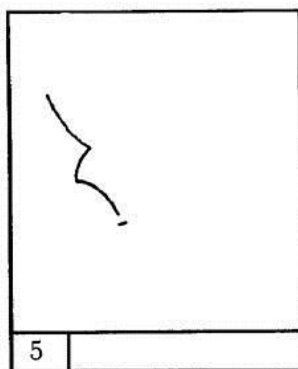
Картинка № 3



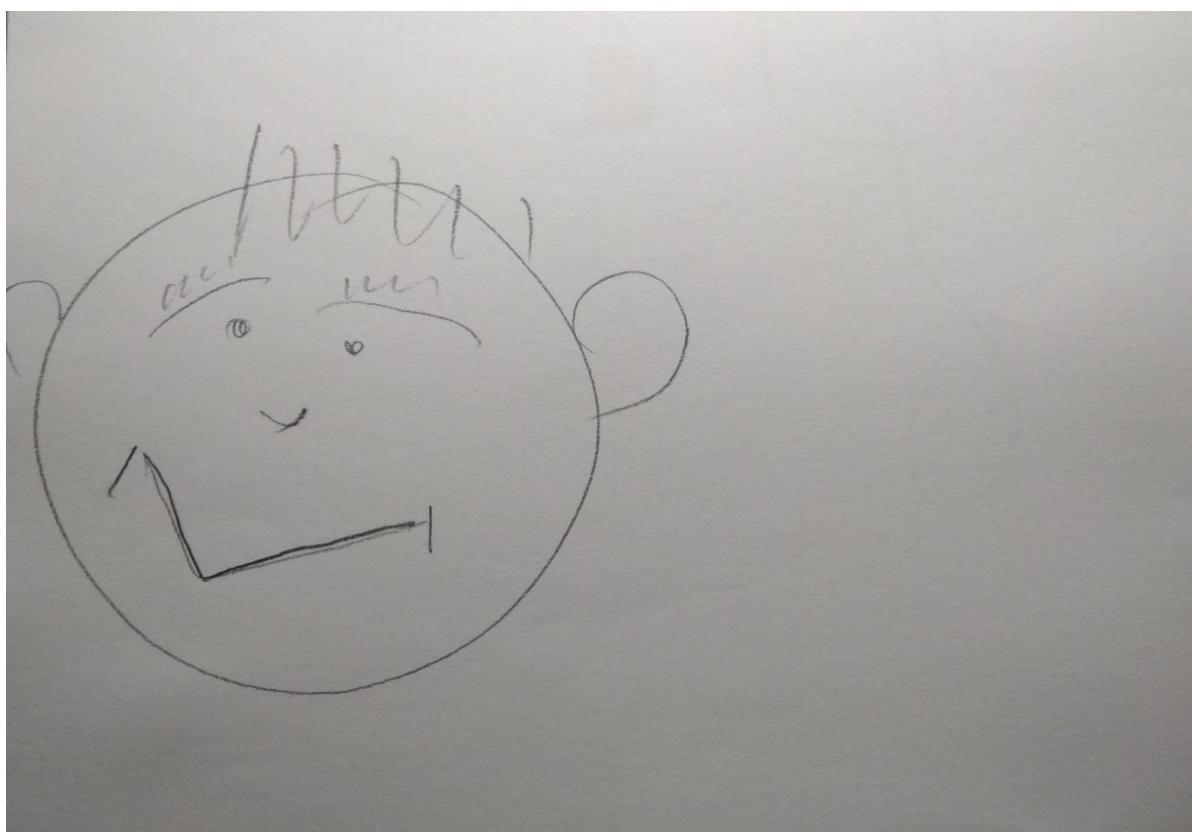
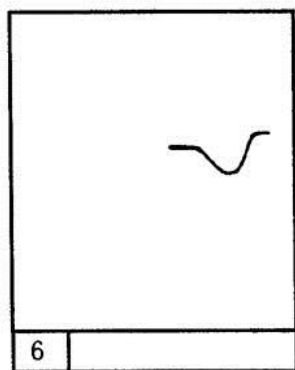
Картинка № 4

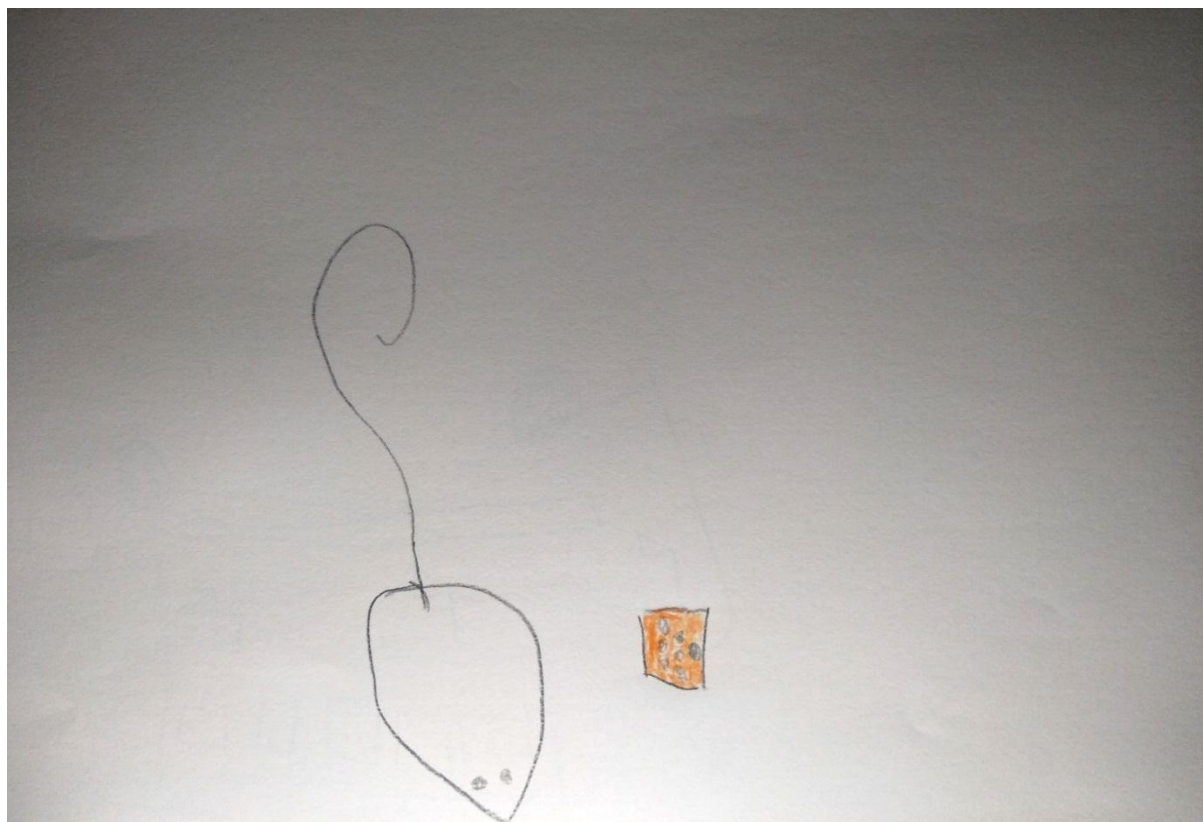
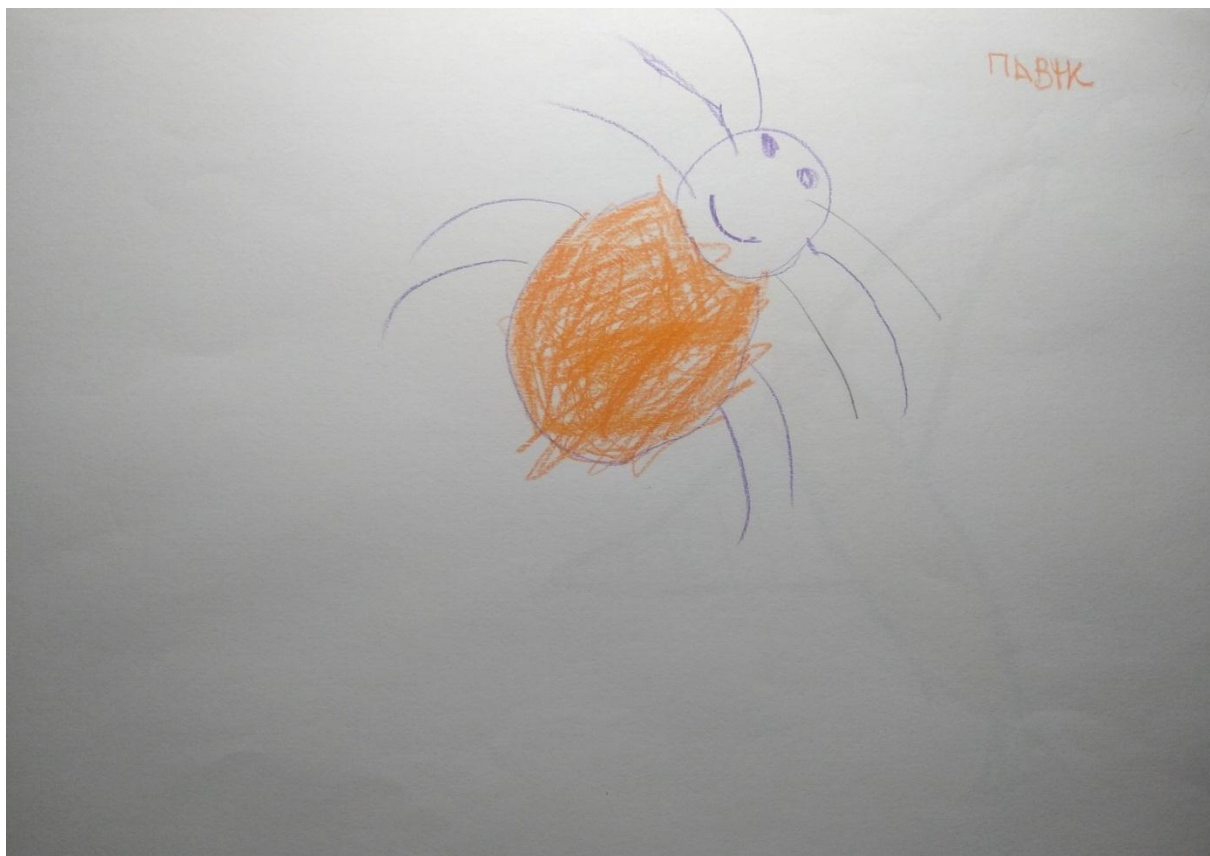


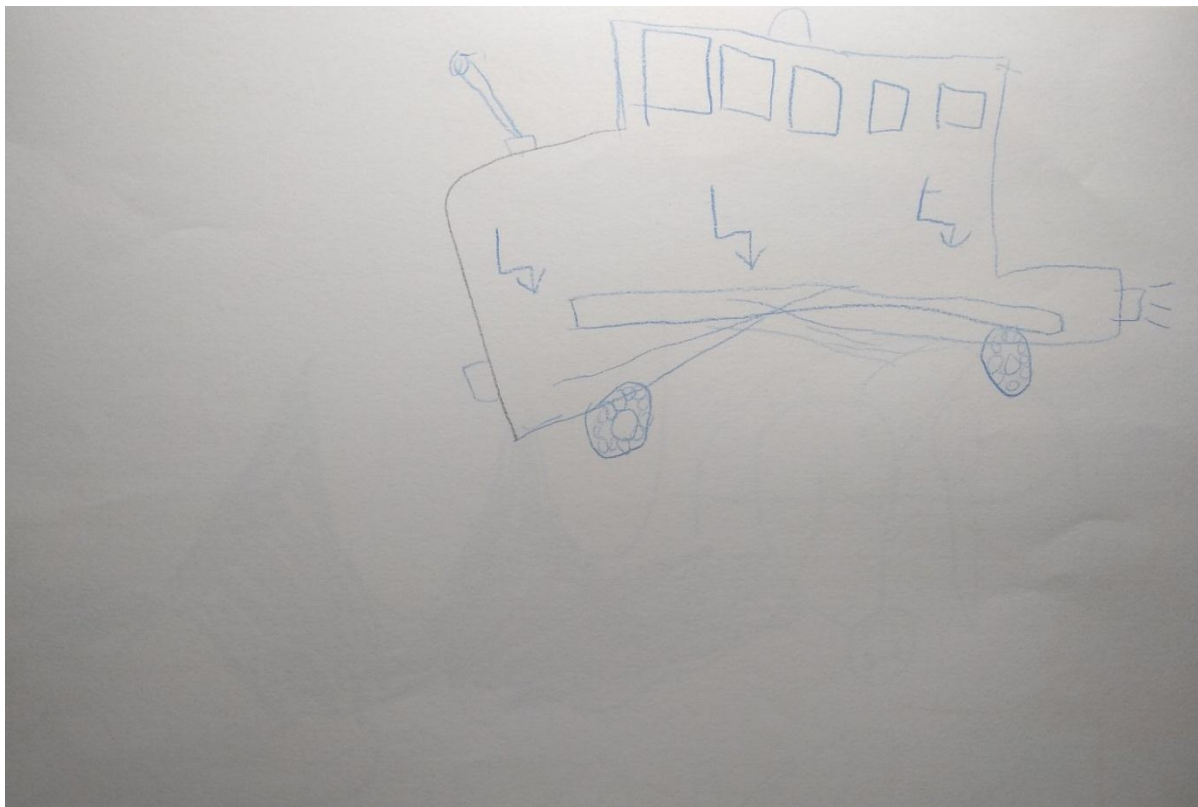
Картинка № 5

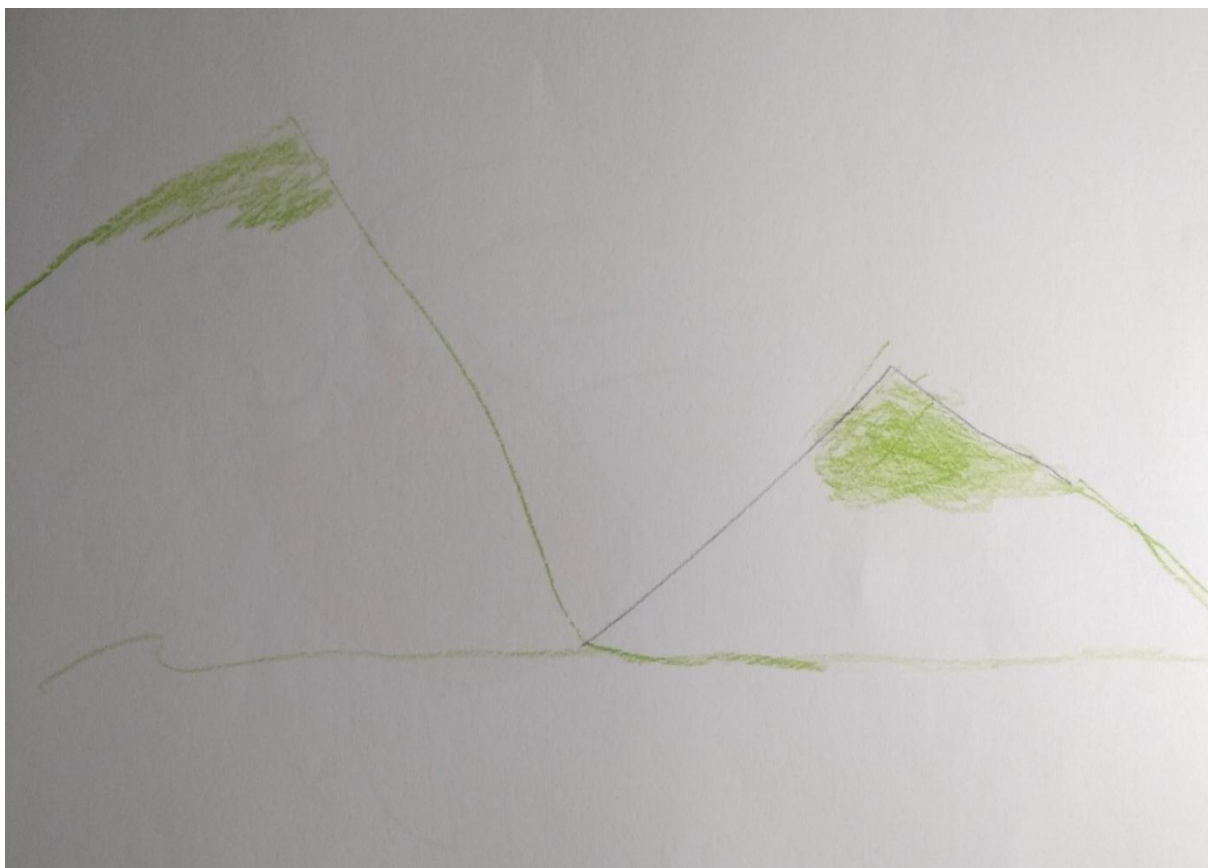


Картинка № 6



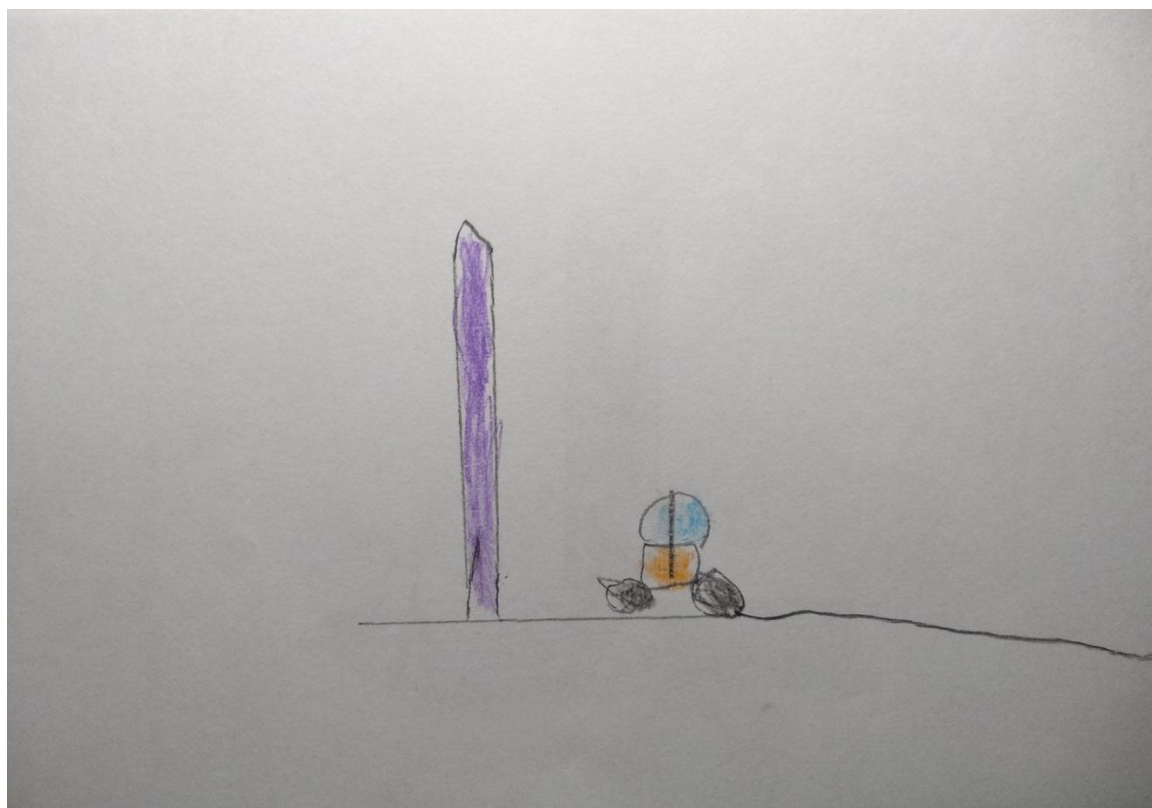
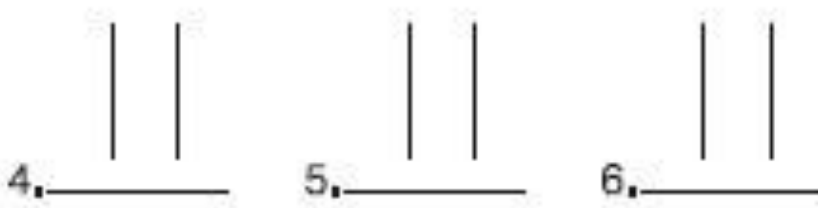
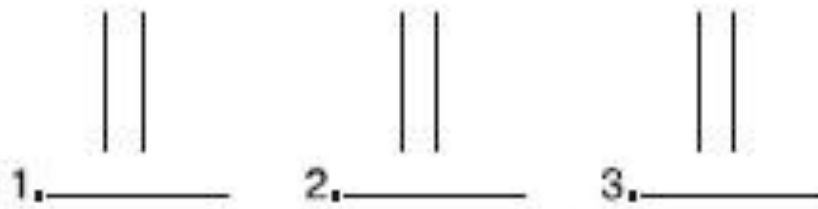


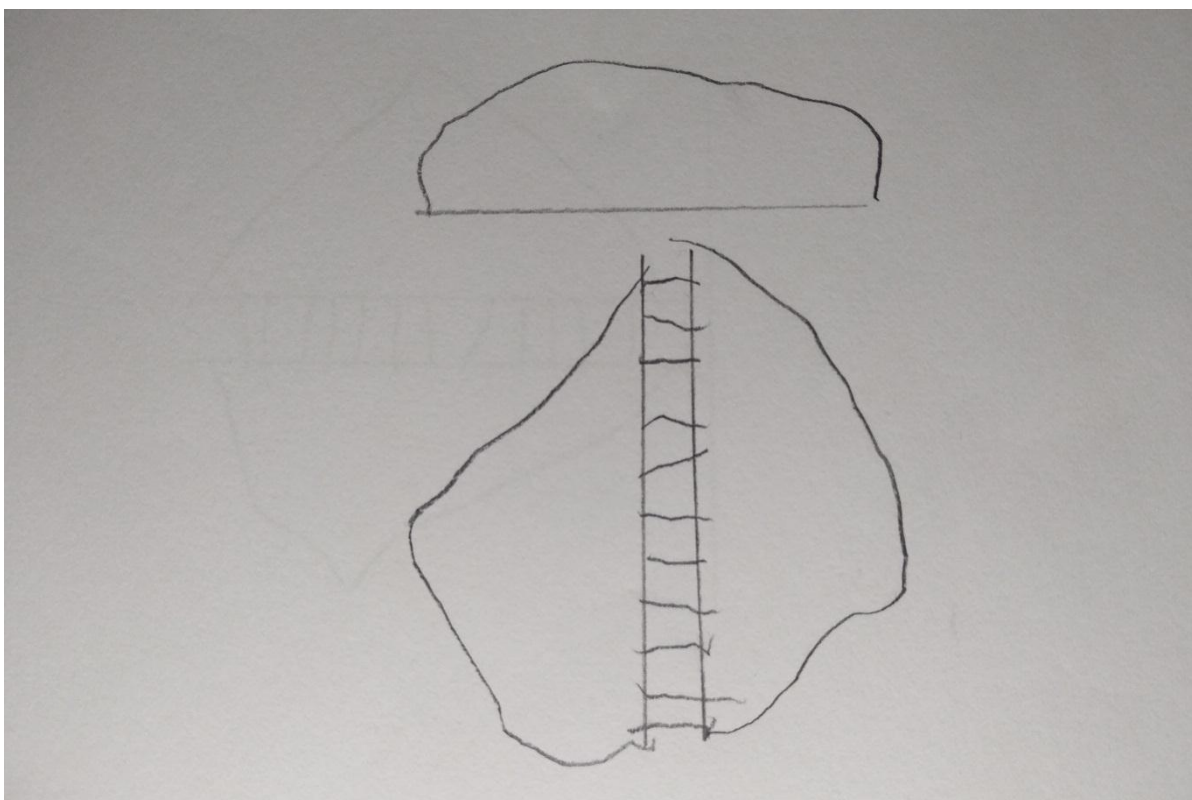
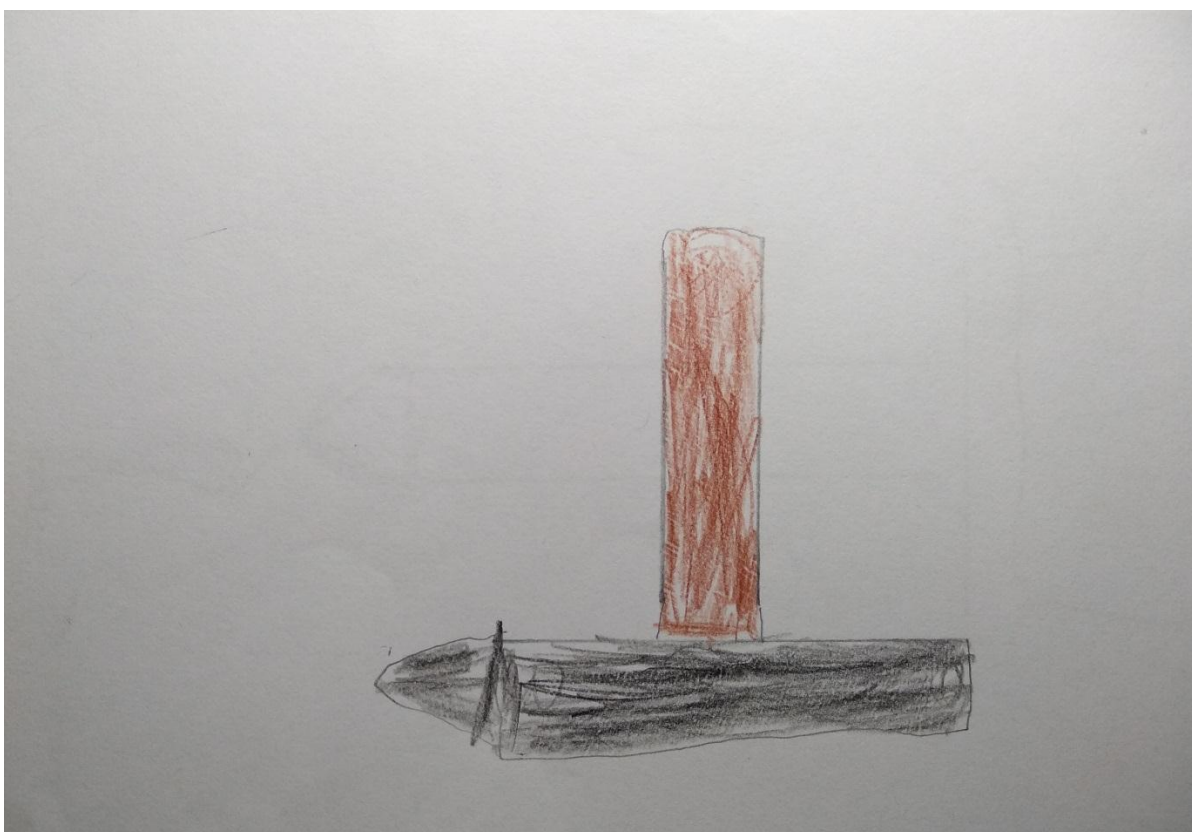


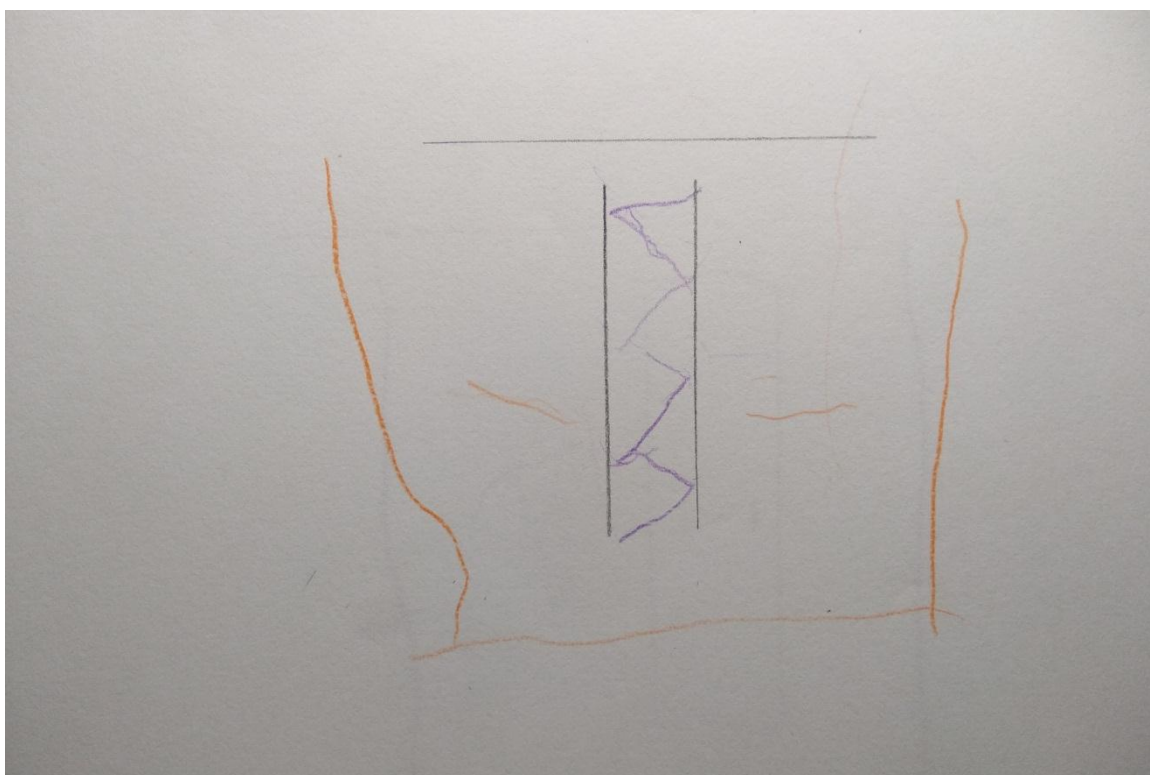
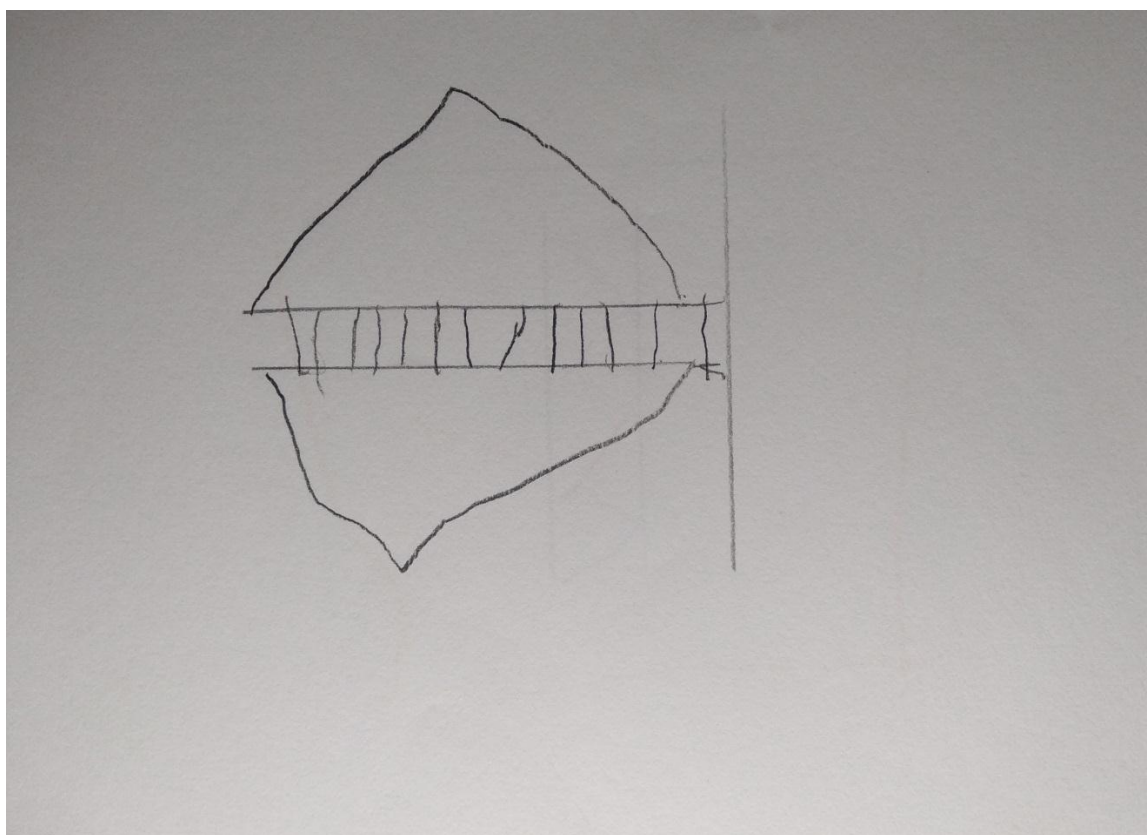


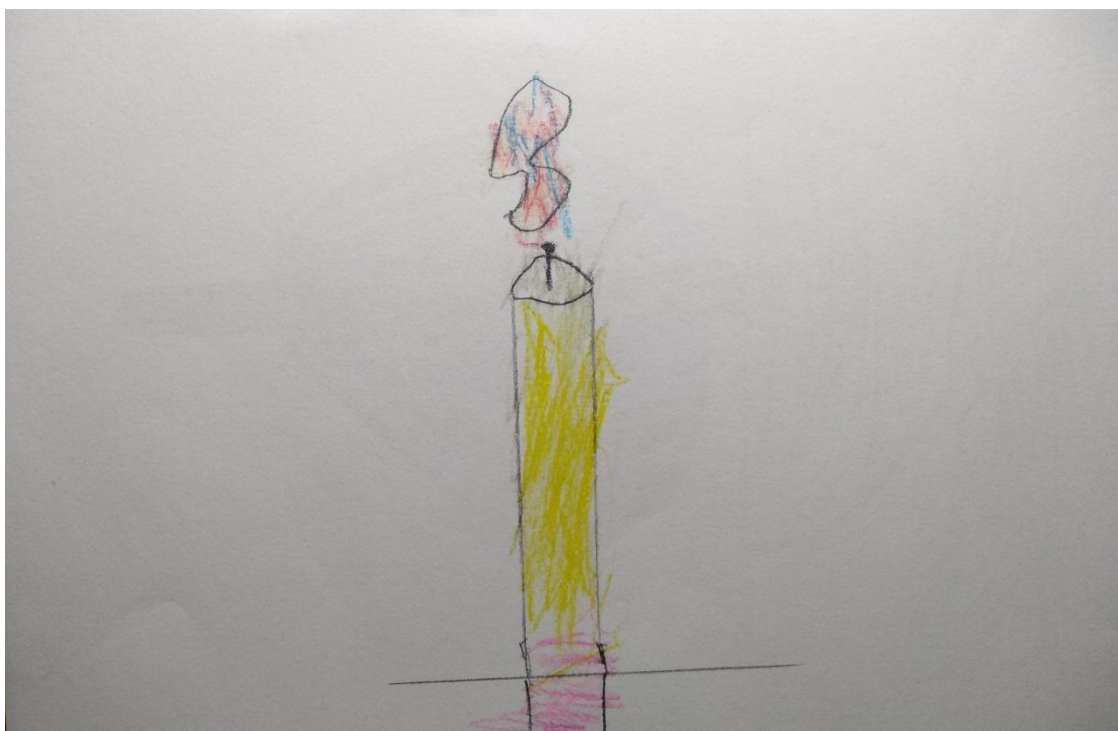


Тест «Лінії» П. Торренса











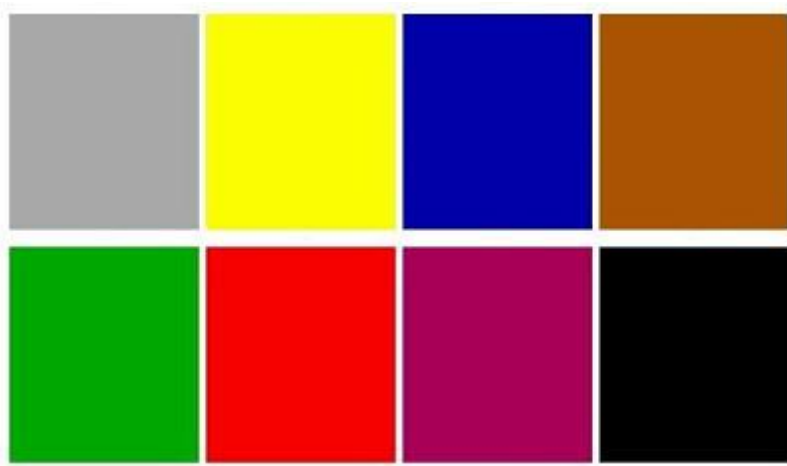
КОЛІРНИЙ ТЕСТ (ЗА М. ЛЮШЕР)

Мета: виявити актуальний емоційний стан дитини.

Обладнання: вісім кольорових карток:

- 1 — синя;
- 2 — зелена;
- 3 — червона;
- 4 — жовта;
- 5 — фіолетова;
- 6 — коричнева;
- 7 — чорна;
- 0 — сіра.

Для проведення тесту перед обстежуваним кладуть кольорові картки у випадковому порядку.



Інструкція. *«Подивись уважно на картки, розкладені перед тобою, обери ту, що тобі найбільше подобається. Цю картку ми відкладемо. Потім поглянь на ті картки, що залишилися, обери наступну найприємнішу за кольором. Повторюй цю процедуру, доки не залишиться одна, остання картка».*

У міру відбирання карток у протоколі фіксується номер кожної з них.

Порядок вибору дитини	1	2	3	4	5	6	7	8
Колір								

Обробка та інтерпретація результатів

На підставі зробленого дитиною послідовного вибору кольорових переваг розраховується показник сумарного відхилення від аутогенної норми (СВ).

Для того щоб його отримати, необхідно:

- 1) для кожного з 8 кольорів визначити різницю між його номером у виборі дитини і номером в аутогенній нормі;
- 2) скласти ці різниці, не враховуючи ознаку отриманого числа.

У таблиці 1 наведено приклад розрахунку СВ для зробленого дитиною вибору: 5 2 3 7 1 0 6 4. (Тобто дитина обрала кольори в такій послідовності: перший — фіолетовий, що має цифровий символ «5», другий — зелений, що має цифровий символ «2», третій — червоний, що має цифровий символ «3» тощо.

Різниця між місцем кольору в аутогенній нормі та місцем кольору в виборі дитини розраховується шляхом віднімання з більшого числа меншого числа, не змінюючи знак отриманого числа: $3 - 1 = 2$, $8 - 2 = 6$, $3 - 2 = 1$ тощо.)

Потім, враховуючи різницю, необхідно додати отримані числа, це і є значення СВ.

$$СВ= 2+6+1+3+0+1+1+4=18$$

Кожний з отриманих показників СВ може належати до однієї з трьох зон і відповідним чином інтерпретований.

Зона 2 ($20 < СВ < 32$).
 Перевага негативних емоцій

У дитини домінує поганий настрій та переживання, необхідно з'ясувати їх причини. Це свідчить про порушення адаптаційного процесу, про наявність проблем, які дитина не може подолати самостійно, а тому потребує психологічної допомоги. Необхідно зрозуміти причини виявленого у дитини стану та спланувати надання допомоги.

Зона 3 ($10 < СВ < 18$).
 Емоційний стан у нормі

Дитина може і радіти, і сумувати, причин для тривоги немає, адаптація відбувається нормально.

Зона 4 ($0 < СВ < 8$).
 Перевага позитивних емоцій

Дитина весела, щаслива, налаштована оптимістично, перебуває в стані ейфорії.

Обробка та інтерпретація результатів

Необхідно брати до уваги значення певного кольору, які описав М. Люшер.

Сірий (0) - безбарвний, нейтральний. Кожний, хто ставить його на перше місце, хоче відмежуватися, залишаючись вільним від певних зобов'язань, ні в чому не брати участі. У цій позиції сірий колір є спробою виправити обставини, спричинені тривогою, яку символізують відкинутий колір або ж кольори. Якщо сірий колір на першому місці, то зазвичай це пов'язано з небажанням людини бути втягнуеною у щонебудь, наступним є бажання, у якому людина не хоче зізнаватися, або ж, можливо, не усвідомлює його. Якщо сірий колір на останньому місці, то людина «хоче

пояснити все», не сприймає неучасті, відчуває, що має право брати участь у всьому, що відбувається навколо неї. У результаті цього оточуючі можуть вважати таку людину набридливою, надто цікавою та настирливою. Усі, хто відкидає сірий, беруть на себе всю повноту відповідальності за те, що відбувається навколо них, бажають використати кожен можливість на своєму шляху до мети, не можуть дозволити собі відпочити, аж доки не досягнуть мети. Зазвичай сірий колір займає шосту позицію у числовому ряді. До початку ряду він переміщується, коли людина перебуває в астеничному стані, стані виснаження, стресу, наприклад перед іспитами.

Синій (1)- повний спокій, задоволення, безтурботність, потреба в емоційному спокої, мирі, гармонії, задоволеності або ж фізіологічна потреба у відпочинку. Потреба у спокій- ному впорядкованому оточенні, вільному від безладдя та обмежень, за якого події відбуваються плавно, згідно з традицією, тією чи іншою мірою, взаємини при цьому безтурботні й вільні від суперечок. Потреба відчуття довіри до оточуючих, взаємини обопільної довіри. Якщо синій займає 6-е, 7-е або 8-е місце, то це означає, що потреба у спокої та взаємній довірі залишається незадоволеною, що дає поштовх до тривоги, яка є тим сильнішою, чим далі від початку розміщений синій колір. Емоційні взаємини, що існують, відкидаються, оскільки вони не відповідають тим високим вимогам, які до них висунуті, вони вважаються нудними або обтяжливими, і від цього тягаря необхідно звільнитися. Синій колір при цьому означає «розрив пут» або ж бажання їх розірвати. Наслідком цього є неспокійна поведінка, душевне збудження, що може призвести до часткової втрати здатності зосереджуватися.

Зелений (2) - наполегливість, напруження. Це честолюбство, самоствердження, жага високого престижу у конфронтації з реалізованими надіями та очікуваннями (що очікуються від жовтого). Це діяльність, цілеспрямованість, воля, завзятість, твердість, постійність, опірність. Висока оцінка свого «Я», що містить всі форми володіння, бажання підвищити впевненість щодо власної цінності, спроба завзято відстоювати свої

претензії; символізує гордість, суворість характеру, автократичні тенденції, можливість керувати іншими, спрямовувати їх, відчуття переваги. Це скрупульозність в уточненні фактів, точність пам'яті, ясність викладення, здатність до критичного аналізу, логічна послідовність. Пошук шляхів поліпшення життя для себе й інших— поліпшення стану здоров'я, більша тривалість і корисність життя. Уцьому разі людина діє як реформатор, відданий поліпшенню життєвих умов. Прагнення до торжества її поглядів і переконань; поведінка виправдовується думкою, що саме вона є носієм основних і абсолютних принципів. Зводячи себе на п'єдестал, людина починає моралізувати й повчати інших. Жага визнання, збереження своєї позиції, незважаючи на опір і протидію. Ті, хто ставить зелений колір на 6, 7, 8 місця, зазвичай відчують, що опір, що чиниться, послаблює його, а брак визнання змушує сумніватися в достоїнствах. Це викликає напруження та спричиняє страждання, відчуття тягаря аж до болю в грудях. Чим далі від початку ряду зелений колір, тим сильнішим є бажання звільнитися від тиску зовні.

Утрата здатності до опору й наполегливості, тривога через втрату своєї репутації й позиції може призвести до вироблення звички перекладати власну вину на інших, посилює критичне ставлення аж до сарказму та зневажливості. Часто компенсація досягається, коли зелений колір замінюється на червоний або жовтий та синій. У поєднанні з червоним— це свідчення ще більшої запальності, підвищення кров'яного тиску, змін у серцево-судинній системі. Вибір жовтого кольору — це стан «виходу зі скрути», компенсація, що рідко буває адекватною й зводиться до спроб відвернути увагу (подорожі, нові захоплення тощо). Заміна зеленого на синій - усвідомлення надії на спокій, позбавлення напруження.

Червоний (3) - означає бажання, цілеспрямованість, численні схильності. Прагнення отримувати результати, досягати успіху, жадібне бажання всього того, що може сприяти насиченості буття й повноті досвіду. Це імпульс, воля до перемоги, усі форми життєствердження від революційно-

перетворювальної до сексуальної. Потяг до активної дії, спорту, боротьби, змагання, ініціативи в усьому. При відкиданні червоного виявляється фізична та нервова виснаженість, порушення серцевої діяльності. Ті, хто відкидають червоний колір, перебувають у стані надзвичайного збудження, легко дратуються, відчують ситуацію, коли їх «оточили з усіх боків» питання, які неможливо розв'язати. Це оточення сприймається як небезпечне й таке, що неможливо контролювати. Відкидання червоного - «пошук захисту» від усього, що може згодом збуджувати, виснажувати й послаблювати. Неприйняття червоного та надання переваги зеленому створюють ситуацію беспорядності, зазвичай трапляється, коли людина намагається подолати нервове та фізичне виснаження, що зустрічається доволі рідко.

Жовтий (4)- розкутість, звільнення від проблем та обмежень, нестримна експансивність. Особи, які надають перевагу жовтому кольору, можуть час від часу бути зразками працьовитості, оскільки їхні зусилля фрагментарні. Надання переваги жовтому — це бажання свободи й надія й очікування великого щастя. При цьому передбачається наявність незначного чи навіть серйозного конфлікту, від якого необхідно звільнитися. Ця надія на щастя у різноманітних формах спрямована у майбутнє. Це рух уперед, до нового, сучасного, такого, що розвивається, але ще не сформувалося. Це сильне бажання уникнути від наявних труднощів, знайти вихід, що дасть звільнення; іноді схильність «змін заради змін», досягнення бажання бути значущим, мати повагу може потрапити у «пастку залежності».

Фіолетовий (5)- суміш синього й червоного, зберігаються властивості обох кольорів. Вибір фіолетового пов'язаний зі станом емоційної нестійкості, коли важко відрізнити дійсність від уяви. Особливий стан потреби тонкого розуміння з боку партнера. Потреба у схваленні, бажанні подобатися оточуючим своєю чарівністю, манерами. Чуттєвість, витонченість, потреба в тому, щоб зайва відвертість не обтяжувалася зайвою відповідальністю. Потреби у торжестві та інтуїтивному розумінні часто переносяться на

предмети, ніж на людей, звідси — до естетичного чуття, здатності до незалежних оцінок, підвищеної схильності до занять, пов'язаних із вільними професіями, найчастіше до науки.

Коричневий (6) - чим ближче до початку ряду, тим більший прояв фізичної скрутності, що приділяється все більше значення та зростає потреба в умовах, за яких можна Загадковий світ емоцій 80 цієї скрутності позбавитися. Люди, які не мають дому, де вони могли б розміститися й почуватися у безпеці, надають перевагу цьому кольору. Втрата надії на безпеку та фізичну задоволеність, відсутність місця, де можна було б почуватися у безпеці, відсутність тих земних благ, якими спроможні оточити себе люди з більшою вдачею, часто ставлять коричневий колір на початок ряду. Для таких людей характерна наявність підвищеної потреби у відчутті фізичної легкості та чуттєвого задоволення, бажання вийти із ситуації, що викликає почуття дискомфорту: небезпека, фізична недуга, конфліктна атмосфера або існування проблем, з якими людина не може впоратися (чи вона вважає, що не може впоратися). Люди, які відкидають коричневий колір, вважають, що вони створені з твердішого матеріалу, ніж решта: зазвичай їх характеризує бажання виділитися. Стадність та взаємозалежність — не для них, вони йдуть шляхом залежності від тіла.

Чорний (7) - заперечення кольору як такого. Це абсолютна межа, за якою життя припиняється, виникає ідея небуття, зникнення. Чорний — це «ні», на протиположність білому — «так». Білий - чистий аркуш, на якому буде написана історія; чорний — це кінець, після якого більше нічого нема. Отже, чорний символізує відмову, повне зречення або неприйняття, впливає на всі кольори, що входять із ним до однієї групи, підкреслюючи та посилюючи їх властивості. Той, хто віддає перше місце чорному, бажає зречтися всього через упертий протест проти стану, що існує, за якого він відчуває, що все не так, як належить, повстає проти долі, схильний діяти необачно і безрозсудно. Якщо чорний опиняється на другому місці, то зазвичай людина вважає, що готова відмовитися від усього, окрім того, що подане у тесті кольором, який

займає першу позицію. Якщо чорному передуює синій, то очікується, що порушена гармонія й емоційне занепокоєння зможуть становити абсолютний спокій. Якщо чорному передуює жовтий, то очікується, що край незгодам буде покладено якоюсь різкою, можливо, навіть катастрофічною дією, дійсною зміною у ході подій. Якщо чорному передуює червоний, то очікується, що задоволення підвищених бажань компенсує те, чого бракує.

Інтерпретація вибору кольору зі значень кольорових пар

0 1 СІРИЙ та СИНІЙ - спокій або період поновлення сил; розрахунок на те, що, не зв'язуючи себе жодними зобов'язаннями, дочекаєшся спокою.

0 2 СІРИЙ та ЗЕЛЕНИЙ - захисна перевага, обачливість у справах, що пов'язані зі збереженням свого становища та власними інтересами, а також небажання знизити самоповагу, що могло б статися у разі тісного контакту з оточуючими. За такого кольорового вибору почуття переваги найчастіше виявляється в завуальованій формі.

0 3 СІРИЙ та ЧЕРВОНИЙ - імпульсивність або необдумані дії. Сірий, передуючи червоному, приховує імпульсивні дії, в основі яких — надія, що можна не зв'язувати себе з якоюсь відповідальністю й не бути втягнутим у якісь наслідки.

0 4 СІРИЙ та ЖОВТИЙ - невпевненість і брак рішучості. За стіною сірого приховані й нібито втрачаються у присмерку надії, прагнення і шляхи розв'язання проблем перетворюються на нерішучі пошуки.

0 5 СІРИЙ та ФІОЛЕТОВИЙ - обережна чуттєвість. Бажання бути емоційно поєднаним з іншими людьми, але відкритий прояв не допускається, тому всі поняття є проблемними й здійснюються дуже обережно.

0 6 СІРИЙ та КОРИЧНЕВИЙ - виснаження і втомленість. Бажання уникнути будь-яких проблем і хвилювань, дозволити організму нормалізуватися.

0 7 СІРИЙ та ЧОРНИЙ - повна ізоляція. Людина вважає, що ситуація, яка склалася, огидна, і не хоче мати з нею нічого спільного. Намагається

відмежуватися від усього, що може якось на неї впливати, хоче, щоб усі дали їй спокій.

1 2 СИНІЙ та ЗЕЛЕНИЙ - замкнута акуратність. Чуттєвість і тонкий розум зумовлюють схильність до порядку й педантичності, методичності. Точність і акуратність можуть межувати з надмірною скрупульозністю та педантизмом.

1 3 СИНІЙ та ЧЕРВОНИЙ - емоційне задоволення, спільне підприємництво. Здатність залишатися у злагоді з оточуючими, співробітництво з ними сприяє обопільній вигоді, взаємній організації. Гармонії та співробітництву надається більше значення, ніж активності. Передбачається, що співробітництво і взаєморозуміння надають діяльності продуктивності.

1 4 СИНІЙ та ЖОВТИЙ— емоційна залежність. Бажання розуміти інших і бути корисним самому, а також спрямованість у майбутнє викликає поведінку, що має на меті завоювати прихильність оточуючих.

1 5 СИНІЙ та ФІОЛЕТОВИЙ - естетична сприйнятливість. Спокій і задоволеність можуть бути досягнуті через замилювання прекрасним, естетичним, прагнення до ідеалізованих взаємин.

1 6 СИНІЙ та КОРИЧНЕВИЙ - чуттєва легкість та пасивна прихильність. Відчуття спокою та безпеки можна домогтися, лише усунувши стан фізичного дискомфорту та забезпечивши увагу з боку оточуючих.

1 7 СИНІЙ та ЧОРНИЙ - абсолютний спокій, чорний колір підсилює потребу в спокої, символізує відмову від усього, що йде за чорним.

2 1 ЗЕЛЕНИЙ та СИНІЙ - точність, логічність і потреба довести свою правоту превалюють над чуйним синім, тому акуратність та методичність здебільшого спрямовані на підвищення самоповаги. Прагнення до керівництва та порядку може складати враження начальництва. Обидва кольори концентричні, створюють замкнуту групу.

2 3 ЗЕЛЕНИЙ та ЧЕРВОНИЙ - цілеспрямована діяльність або контрольована ініціатива. Мета діяльності: підвищення авторитету, лідерство, керування, контроль.

2 4 ЗЕЛЕНИЙ та ЖОВТИЙ - вимога визнання та честолюбство. Прагнення, спрямовані на підвищення поваги як у власних очах, так і в очах оточуючих, завоювання їх визнання.

2 5 ЗЕЛЕНИЙ та ФІОЛЕТОВИЙ- гнучкість самоствердження або безвідповідальне зачарування. Приємна манера поведінки, мета якої завоювання довіри та прихильності оточуючих, не пов'язуючи себе жодними зобов'язаннями й не беручи на себе жодної відповідальності.

2 6 ЗЕЛЕНИЙ та КОРИЧНЕВИЙ - потреба у фізичному полегшенні, вимога спокою. Самозбереження можливе, якщо умови, викликані сором'язливістю, будуть усунені.

2 7 ЗЕЛЕНИЙ та ЧОРНИЙ — уперта нетерпимість або пристрасне захоплення власною правотою. Будь-яка спроба оточуючих вплинути рішуче відкидається.

3 0 ЧЕРВОНИЙ та СІРИЙ— імпульсивність або необдуманість дій. Діяльність заради діяльності, її результатам не приділяється достатньо уваги, робиться замало спроб приховати свої дії.

3 1 ЧЕРВОНИЙ та СИНІЙ - колективне підприємництво або емоційне задоволення. Більша увага приділяється діяльності, а не співробітництву чи гармонії. Уважається, що правильна діяльність завжди сприятиме до гармонії.

3 2 ЧЕРВОНИЙ та ЗЕЛЕНИЙ - цілеспрямована діяльність або контрольована ініціатива, людина діє і виявляє ініціативу швидше задля задоволення, ніж заради того, щоб оточуючі були про неї високої думки.

3 4 ЧЕРВОНИЙ та ЖОВТИЙ- експансивна діяльність, опанування нових сфер. Дія заради самої дії, що спрямована на нове дослідження.

3 5 ЧЕРВОНИЙ та ФІОЛЕТОВИЙ - сприйнятливість до подразників або реактивність. Бажання та дії, що спрямовані на об'єкти, що збуджують, захоплюють, мета цих дій: зачарувати оточуючих.

3 6 ЧЕРВОНИЙ та КОРИЧНЕВИЙ- чуттєве задоволення або потурання власним бажанням. Активність обмежується через небажання непокоїти організм та спричиняти йому якісь незручності.

3 7 ЧЕРВОНИЙ та ЧОРНИЙ - надмірні бажання та драматизація. Звичайна для червоного кольору повнота бажань підсилюється чорним.

4 0 ЖОВТИЙ та СІРИЙ - невпевненість і брак рішучості. Потреба у якомусь виході, але відмежування стіною сірого відтинає все те, що, можливо, було б виходом. Тому важко розпізнати, які обставини доцільно взяти на себе.

4 1 ЖОВТИЙ та СИНІЙ - емоційна незалежність із надією на любов та розуміння, тому дії спрямовані на те, щоб здобути любов оточуючих.

4 2 ЖОВТИЙ та ЗЕЛЕНИЙ - вимога визнання та честолюбство, що пов'язано не так із потребою заслужити повагу у власних очах, як з надією на те, що, якщо не послаблювати пильність та обережність, то нові шляхи визнання відкриються самі.

4 3 ЖОВТИЙ та ЧЕРВОНИЙ - експансивна діяльність, спрямована назовні, опанування нових сфер. Два найяскравіші ексцентричні кольори створюють дуже активну та спрямовану назовні групу. Діяльність контролюється меншою мірою, оскільки пошук нового, й такого, що здатне дати задоволення, робить її поверховішою та експериментальнішою.

4 5 ЖОВТИЙ та ФІОЛЕТОВИЙ — принадна сила фантазії та жага пригод. Надія і прагнення передаються через зачарованість, уяву та фантазію, наслідком чого є відірвана від життя жага пригод.

4 6 ЖОВТИЙ та КОРИЧНЕВИЙ - повна безпека або необмежена свобода; відчуття, що вихід полягає у фізичній легкості та свободі від будь-яких проблем і побоювань.

4 7 ЖОВТИЙ та ЧОРНИЙ - раптова криза або раптові рішення; середини немає; можливе «так» або «ні». Вихід має бути знайдений, і тому наявні спроби до запальності та свавілля.

5 0 ФІОЛЕТОВИЙ та СІРИЙ - обережна чуттєвість до атмосфери та оточення у поєднанні з бажанням захисту від яких-небудь тривожних впливів.

5 1 ФІОЛЕТОВИЙ та СИНІЙ - естетична сприйнятливність, добре розвинене почуття прекрасного та естетичного.

5 2 ФІОЛЕТОВИЙ та ЗЕЛЕНИЙ - гнучкість самоствердження зі значним наголосом на чарівності та небажання брати на себе відповідальність, яку накладають близькі взаємини.

5 3 ФІОЛЕТОВИЙ та ЧЕРВОНИЙ - сприйнятливність до подразників, зачарованість усім, що хвилює та збуджує.

5 4 ФІОЛЕТОВИЙ та ЖОВТИЙ - принадна сила фантазії або жага пригод. Майбутнє має хвилювати і збуджувати.

5 6 ФІОЛЕТОВИЙ та КОРИЧНЕВИЙ - чуттєвість та ввічливість. Зачарованість тим, що дає насолоду тілу: смачна їжа, предмети розкошу, прекрасний одяг.

5 7 ФІОЛЕТОВИЙ та ЧОРНИЙ - потреба в емоційній залученості, потреба усвідомлювати себе частиною чогось.

6 0 КОРИЧНЕВИЙ та СІРИЙ - виснаження і стомлення. Першочергова роль спокою і свободи від усього, що могло б викликати фізичне роздратування. Необхідні за побіжні заходи, що б дали змогу організму нормалізуватися. Підкреслюється необхідність уваги та турботи з боку оточуючих.

6 1 КОРИЧНЕВИЙ та СИНІЙ - чуттєва легкість або пасивна прихильність. Велике значення надається м'якому ставленню.

6 2 КОРИЧНЕВИЙ та ЗЕЛЕНИЙ - потреба у фізичному полегшенні, але сила волі мобілізована на те, щоб подолати труднощі, що існують, наслідком чого є значне напруження; необхідність у спокійній обстановці.

6 3 КОРИЧНЕВИЙ та ЧЕРВОНИЙ - чуттєве задоволення або потурання власним бажанням. Червоний колір підкреслює прагнення до умов, за яких досягається почуттєве задоволення.

6 4 КОРИЧНЕВИЙ та ЖОВТИЙ-повна безпека або необмежена свобода. Найбільша перевага надається відчуттю фізичної легкості, йому поступається навіть надія на майбутнє; задовольняється вільним від проблем існуванням.

6 5 КОРИЧНЕВИЙ та ФІОЛЕТОВИЙ - чуттєвість та хтивість, найбільше акцентуються фізичні відчуття.

6 7 КОРИЧНЕВИЙ та ЧОРНИЙ - самоприниження; відчуття безцільності, відмова від усього, окрім чуттєвого задоволення.

7 0 ЧОРНИЙ та СІРИЙ - ізоляція, повна незалученість. На думку людини, ситуація, що склалася, є огидною, тому вона не бажає мати з нею нічого спільного. Намагається відмежуватися від усього, що може хоч якось впливати. Бунтує проти ситуації в цілому; бажає, щоб їй дали спокій.

7 2 ЧОРНИЙ та ЗЕЛЕНИЙ - уперта нетерплячість або пристрасна впевненість у своїй правоті. Бунт, як наслідок - самоствердження, свідчить про зухвалу впертість та сильний вплив на себе власних поглядів.

7 3 ЧОРНИЙ та ЧЕРВОНИЙ - надмірне бажання або драматизація. Діяльність ґрунтується на бунті, призводить до запальності та екстремальної поведінки, мета якої - задоволення надмірних бажань.

7 4 ЧОРНИЙ та ЖОВТИЙ - раптова криза або свавільні рішення. Два полюси темряви з чорним бунтом проти долі, за якою - жовта надія на розв'язання проблем, викликає крайні дії та рішення. Можливе вдавання до крайніх заходів.

7 5 ЧОРНИЙ та ФІОЛЕТОВИЙ - потреба в емоційній залученості. Бажання, щоб усе перебувало у відповідності або злитті, не допускаючи жодних поступок та компромісів.

7 6 ЧОРНИЙ та КОРИЧНЕВИЙ - самоприниження; акцентується бунт проти ходу подій.