**Мастер-класс для родителей**

**«Использование цветотерапии как здоровьесберегающей технологии**

**«Рис, коробка и фантазия»**

Одной из главных задач ФГОС ДО является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

*Метод цветотерапии* интересен и очень эффективен, с успехом применяется в работе с детьми дошкольного возраста. Он позволяет составить портрет личности ребенка и определить его психофизиологическое состояние.

Современная наука цветотерапия подтвердила положительное влияние цвета на мозг ребенка, благодаря которому можно достичь значительных результатов в коррекции поведения детей, а также помочь им в управлении своими эмоциями. Цвет, при умелом его использовании, является мощным стимулятором полноценного развития дошкольника.

**Цель мастер-класса:** создание условий для сохранения психологического здоровья дошкольников, используя метод цветотерапии.

**Задачи:**

1. Обогащать эмоциональный мир ребенка.
2. Способствовать снятию нервного напряжения.
3. Развивать интегративные качества: любознательность, эмоциональная отзывчивость, способность управлять своим поведением, способность решать интеллектуальные и личностные задачи.
4. Способствовать развитию мелкой моторики.

**Оборудование:** «цветной» рис, сенсорная коробка.

**Этапы мастер-класса**

**Название мастер-класса**

- Добрый день, уважаемые родители. Представляю Вашему вниманию мастер – класс «Цветотерапия «Волшебный рис», который Вы сможете использовать в совместной деятельности с детьми.

**Выход на тему**

- Развивающая деятельность, организованная по методу цветотерапии, будет способствовать коррекции психологического развития дошкольников, развитию эмоционально-личностной сферы и сохранению их психологического здоровья.

- Игра с природным материалом – это естественная и доступная форма деятельности для детей. Поэтому, нужно использовать самый разнообразный природный материал в развивающих и обучающих занятиях с детьми.

- Однако нужно быть внимательным - для маленьких детей игру проводить под пристальным наблюдением взрослого! Так как первое время дети, берут все в рот и разбрасывают крупу. Однако даже через подобные действия ребенок исследует мир вокруг себя. Со временем малыши научится играть спокойно и сосредоточенно.

**Создание среды для решения проблемы**

- Предложенные мной упражнения способствуют снятию нервного напряжения, снятию тревожности, а также развитию фантазии и мелкой моторики.
- Приступаем к окрашиванию риса. Крупу рассыпать в четыре или пять ненужных емкостей, в каждую добавить густой раствор гуаши.
- Туда же добавить воды до консистенции кашицы. Тщательно перемешать до равномерного окрашивания риса. Оставить в таком состоянии на полчаса.

- Излишнюю воду, которая не впитается в крупу, нужно слить. Крупу высыпать на лист бумаги, дать ей высохнуть, желательно сутки.
- Если берете в руки крупу и она не окрашивает их, значит рис хорошо просох. *(Видео инструкция)*

**Философский бросок**

***Цветной рис****— это красиво, приятно, безопасно и экологично. Игры с цветным рисом позитивно влияют на эмоциональное состояние ребенка, способны стабилизировать его эмоциональное самочувствие*

Свойства риса несут в себе некую загадочность и таинственность и способны завораживать ребенка. Рис как бы "заземляет" негативную энергию, успокаивает импульсивных, чересчур активных детей и раскрепощает зажатых, скованных и тревожных детей.

С помощью риса можно выполнять различные поделки, учить с ребенком цвета, умению их сочетать, выкладывать узоры. Можно предложить ребенку рассортировать рис по цветам, что является релаксацией, или же подготовить сенсорную коробку.

***Сенсорная коробка****— это емкость с любым наполнителем, который только позволяет фантазия. Она дает возможность ребенку расширить свой тактильный опыт - он может трогать, пересыпать, переливать, исследовать, закапывать, откапывать и просто играть, и все это не потребует больших материальных затрат*

Сенсорная коробка представляет собой емкость с различным наполнением: камушками, природные материалы: желуди, каштаны, шишки, ракушки и игровыми элементами на выбор.

Лопатки, ложки, совки, половник, шумовку, пластиковые стаканчики, ведерки, упаковки от яиц, форму для кексов, ложку для мороженого, ложку для салата, воронку, сито, маленькие силиконовые формы, форму для льда, формочки для печенья, щипцы, пинцет, игрушечные грабли, лейку, детские садовые перчатки, игрушки: маленькие фигурки, животные, машинки, игрушечную еду, посуду.

- Удобно, если у сенсорной коробки будет своя крышка. Тогда вы сможете после игры легко закрыть ее и быть уверенным, что там не скопится пыль и ничего не рассыплется.

**Красивая точка**

- А дальше все будет зависеть от фантазии ребенка, вам необходимо дать базу, а уже он начнет создавать свои миры. Здесь у него и огород, и стройка, и железная дорога, и рыбалка, и неизведанная планета, со своими сокровищами.
- После игр детей с радужным рисом его необходимо обработать. Обработать рис можно двумя способами: кварцеванием или прогревом в духовом шкафу 180 градусов 10 мин.

**Рефлексия**

- Сенсорная коробка – замечательная многофункциональная игрушка, которая подходит детям от 6 месяцев до 7 лет. Однако нужно быть внимательным - для маленьких детей игру проводить под пристальным наблюдением взрослого!

- Ее сделать легко при помощи подручных средств с минимальными материальными затратами. Игры в сенсорной коробке развивают мелкую моторику, память, внимание, мышление, речь и воображение ребенка.
- Желаю Вам и Вашему ребенку веселых и полезных игр. Спасибо за внимание!