

Семенюк О. М.

Полтавський національний педагогічний  
університет імені В.Г. Короленка  
Науковий керівник – ст.викл. Бурсова С.С.

## ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ КОЛЬОРУ НА ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

*У статті автор висвітлює особливості впливу кольору на особистість дитини дошкільного віку; розкриває специфіку впровадження методу зміни кольорового мисленнєвого екрану під час проведення занять з дітьми старшого дошкільного віку.*

**Ключові слова:** колір, психіка, дитина дошкільного віку, кольоротерапія, метод зміни кольорового мисленнєвого екрану.

Під час пізнання світу дитина зазнає різного впливу на її психіку. Одним із способів впливу є колір. Колірні асоціації можуть викликати спогади і різні емоції, колір може збуджувати нервову систему, а може заспокоїти.

Аналіз літератури свідчить про те, що питанням вивчення впливу кольору на організм дитини цікавляться багато науковців. Так, Н. Дубровська наголошує на тому, що першою характеристикою оточуючого світу, яку сприймають діти, є колір. Їх з самого раннього віку приваблюють яскраві предмети, об'єкти живої та неживої природи. Після знайомства з ними та їх характерними ознаками, такими як форма, колір, призначення, формуються асоціативні зв'язки предмет – колір. Колір відіграє велику роль у розвитку сприйняття, а знання символіки кольорів допомагає засвоювати нову інформацію, допомагає диференціювати предмети, призначені для хлопчиків і дівчат. У своїй статті Н. Дубровська висвітлила фізіологічний вплив кольору на людину та основні його характеристики. Після проведення соціологічних досліджень науковець визначила кольори за мірою привабливості від найцікавішого до найменш привабливого: голубий, фіолетовий, білий, рожевий, червоний, зелений, жовтий, помаранчевий, коричневий та чорний [2].

Такі науковці як О. Мергут та Ж. Страшнюк у своїй праці «У гармонії з кольором» висвітлюють роль кольору у житті кожної людини. Його розглядають як знакову систему, що належить до символічної форми закріплення інформації, яка здатна суттєво впливати на її сприйняття дітьми, формувати пізнавальний інтерес через позитивні емоції. Автори цієї статті розглядають поняття колір як фізичний, психофізіологічний аспект: колірні асоціації можуть зумовлювати спогади і пов'язанні з ними емоції у дитини, образи та психічні стани [5].

Метою статті є проаналізувати вплив кольору на особистість дитини дошкільного віку; визначити які кольори доцільніше використовувати під час проведення занять з дітьми старшого дошкільного віку.

Бажання дізнатись про колір як змога більше спонукало людей до вивчення, дослідження його походження та властивості. Чисельні академічні дослідження довели вплив кольору на емоції та інтелектуальні здібності людини. Наприклад, червоний колір привертає швидко увагу, застерігає, попереджує, підвищує активність, збуджує психіку, здійснює тонізуючий вплив на нервову систему; помаранчевий колір володіє позитивним впливом, покращує настрій, спонукає до вирішення складних питань; жовтий – допомагає в активізації розумової діяльності, прийнятті нових ідей, збільшує концентрацію уваги, організовує, звільняє від негативу та агресії; зелений колір має заспокійливий вплив на людину; блакитний – допомагає усунути негативні психологічні стани: надмірна сором'язливість, скутість, невпевненість, страх, агресія, злість, роздратованість; синій створює атмосферу довіри, безпеки, сприяє ментальному та фізичному розслабленню, діє заспокійливо; фіолетовий сприяє натхненню, співчуттю, розвитку емпатії [1;3;4].

Спираючись на характерні властивості кольорів, можна умовно поділити їх на дві групи за призначенням. Перша група: помаранчевий, жовтий, блакитний. Характеризується позитивним безпосереднім впливом на інтелектуальні здібності дітей, спонукає до міркувань, творчості, допитливості, зосереджує увагу на головному. Допомагають сприймати і запам'ятовувати нову інформацію, налаштовують на працю. Найкращі кольори для оформлення інтер'єру у кімнатах для навчання – це беж, пастельно-жовтий, блакитно-білий.

Друга група: зелений, синій, фіолетовий. Ці кольори знімають стрес, агресію, заспокоюють, релаксують. Мають терапевтичні властивості: болезаспокійливі, гіпнотичні; зменшують кров'яний тиск, головну та м'язову біль, знімають перевтому, уповільнюють пульс, сповільнюють ритм дихання і всі функції фізіологічних систем організму. Кольори цієї групи доцільно використовувати при створенні інтер'єру кімнат для відпочинку та спальні. Де дитина не підлягає навчальному процесу, а відпочиває, поновлює свої сили[3].

Небажаним кольором для інтер'єру у ЗДО є яскравий червоний, який характеризується психологами як збудник. Червоний хоч і має позитивні характеристики – лідерство, динамічність, наполегливість, але є і негативні – агресивність, роздратованість, неконтрольована збудливість [5].

Враховуючи актуальність проблеми збереження та зміцнення здоров'я дошкільників та спираючись на досвід практиків у використанні кольору у освітньому процесі ЗДО, ми впроваджуємо

елементи кольоротерапія у своїй роботі з дітьми, а саме метод зміни кольорового мисленнєвого екрану, який розробив давньогрецький філософ Піфагор. Він сформулював теорію світла, в якій стверджував, що безпосередньо з очей випускаються прямолінійні промені видимого світла, які, потрапляючи на об'єкт і обмацуючи його, дають людям можливість бачити. А за відсутності кольору його можна уявити.

Механізм впливу цієї вправи на підсвідомість дитини подібний до впливу медитації. Медитація як один з практичних методів допомагає зберігати гігієну психіки, дозволяє «відпустити» всі турботи минулого дня, розвиває навик не губити себе в думках, а просто споглядати їх зі сторони; допомагає концентруватися і бути уважнішим під час навчання; вчить самосвідомості, терпінню, допомагає боротись зі своїми страхами.

Метод зміни кольорового мисленнєвого екрана передбачає наступні дії: заплющити очі, заспокоїти думки, спокійно і рівномірно дихати, уявити заданий вихователем колір, намагатись сконцентруватись на ньому, намагатись «відчути» його, уявити, ніби колір «огортає» як туман. При виконанні цих вправ необхідно дотримуватись певних вимог: враховувати індивідуальні психічні і фізіологічні особливості кожної дитини; починати вправи з 1-3 хвилин; доцільніше застосовувати такі вправи на початку основної частини заняття.

Плануючи та проводячи заняття у старшій віковій групі, ми звертаємо увагу і на особливості цих занять. Так, заняття з освітніх ліній як «Логіко-математичний розвиток», «Розвиток мовлення і культура мовленнєвого спілкування» (художня література) вимагають високої концентрації уваги дітей, активної співпраці з вихователем, застосування інтелектуальних навичок. Тому найефективнішим кольором при використанні методу мисленнєвого екрану є помаранчевий і жовтий [5].

«Художньо-продуктивна діяльність» (малювання, ліплення, аплікація) передбачає розвиток фантазії, емоційної сфери, творчих здібностей, самовиразу. Допоміжним засобом впливу на психіку та емоційний стан є вправа з фіолетовим, блакитним, синім та зеленим кольорами.

Освітні лінії «Ознайомлення з природним довкіллям» та «Дитина в соціумі» формують у дітей дошкільного віку знання про природу планети Земля та уявлення про Всесвіт; виховують бережливе ставлення до всього живого; формуються моральні цінності, вміння орієнтуватись у світі людських взаємин. Завдяки вправі мисленнєвого кольорового екрану із зосередженням уваги на зеленому, блакитному, жовтому та фіолетовому кольорах у дітей розвивається почуття емпатії, відповідальності за власні вчинки.

Наведемо приклад вправи, що використовується під час впровадження методу мисленнєвого кольорового екрану:

*Назва:* «Райдуга». *Мета:* Навчити дітей уважно слухати із заплющеними очима, не відволікатись на зовнішні подразники; розвивати уяву, фантазію, мислення; Формувати чітке уявлення про кольори райдуги; виховувати цікавість старанність; створити умови для зниження рівня агресії в дитячому колективі; сприяти збереженню психологічного здоров'я дітей.

Хід вправи: 1. Зайняти зручне положення на стільці, покласти руки на стіл, голову на руки. Заплющити очі. Заспокоїти дихання. 2. Впродовж 1-2 хвилин, діти утримують себе в такому положенні, налаштовуючись. «Звільняють» думки від зайвого. Уважно слухають голос вихователя. 3. Вихователь: «Діти, ви в безпеці, все добре, я поруч з вами. Зараз ми будемо подорожувати крізь райдугу, слухайте мене і уявляйте. Перший колір – червоний. Ми повільно торкаємось райдуги. Колір огортає нас, стає більш насиченим, яскравим, він усюди. Стає тепло від червоного кольору і радісно. Відчуваєте? Який настрій зараз у вас? Покидаємо червоний колір, його стає все менше і менше. Направляємось до другого кольору – теплий, м'який помаранчевий...». Діти уявно проходять крізь всі кольори райдуги. 4. Діти розплющують очі, займають звичне положення.

Отже, сучасний педагог є дослідником у своїй професійній діяльності. Він завжди у процесі пошуку, експерименту; постійно слідкує за змінами та вимогами сьогодення. Використання сучасних методів збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку – одне з основних завдань сучасного вихователя. Ми вважаємо, що при системному та послідовному застосуванні методу впливу кольору на психіку дитини можна подолати страхи, уникнути формування комплексів, сприяти розвитку позитивних сторін особистості тощо.

### **Список використаних джерел**

1. *Алексахин Н. Постичь цветовую гармонию сердцем и умом. Дошкольное воспитание. 1998. №3. С.23–27.*
2. *Дубровская Н. В. Цвет и особенности его восприятия детьми дошкольного возраста. Дошкольная педагогика. 2003. №6. С.21–26.*
3. *Коло кольорів [Електрон. ресурс]. – Режим доступу [https://uk.wikipedia.org/wiki/Коло\\_кольорів](https://uk.wikipedia.org/wiki/Коло_кольорів) (дата звернення 14.08.2019).*
4. *Кольоротерапія в роботі з дошкільниками. Бібліотечка вихователя дитячого садка. 2012. № 3. С. 83-84.*
5. *Мергут О., Страшнюк Ж. У гармонії з кольором. Психолог: додаток до газ. «Шкільн. Світ». 2006. №37. С.17–21.*