

цвета от яркости в создании гармонических цветовых решений. Принцип, изученный Гете и изложенный в публикациях Иттена и был положен в разработку метода цветового равновесия. Все цвета в зависимости от светлоты можно привести в линейную систему, где разница белого и черного цветов составляли десять единиц. Каждый цвет цветового круга занимает соответствующую его светлоте позицию. Многократные решения, основанные на использовании предложенного метода, быстро выработают интуитивные ощущения необходимых пропорциональных соотношений. А решения, выбранные на основе собственного опыта можно всегда проверить в соответствии с изложенным методом, что поможет избежать ошибок в создании цветовой гармонии.

Теоретическое содержание курса и практические методы цветового моделирования изложены в оригинальном курсе «Цветоведение и колористика». Разработка методов проводилась на базе Ханты-Мансийского института дизайна и апробировалась в рамках учебного процесса Уральской государственной архитектурно-художественной академии и Российского государственного профессионально-педагогического университета. Эффективность усвоения материала, внедрения его в художественную практику, позволяют использовать цвет в качестве равноправного компонента в создании новых нестандартных решений. Позитивный результат, полученный в образовательном процессе, обеспечил возможность внедрения этих методов в учебный процесс факультета повышения квалификации Уральской государственной архитектурно-художественной академии на специализациях «Дизайн интерьера» и «Ландшафтный дизайн».

Библиографический список

1. *Алексеев С.* Цветоведение. Л., 1938.
2. *Иттен И.* Искусство цвета. М., 2000.
3. *Кандинский В.* О духовном в искусстве. // Психология цвета. М., 1996.
3. *Кравков С.* Глаз и его работа. М.-Л., 1950.

Л.Х. Газизова

ЦВЕТОТЕРАПИЯ КАК ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ

Важным фактором психологической адаптации ребенка к школе выступает его социальное окружение: учитель, класс, семья. От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Опыт консультирования показывает, что дети, которых с самого начала «не полюбили» учителя начальных классов, в последствии плохо учатся, агрессивны или не уверены в себе к асоциальным поступкам. Успешность адаптации ребенка к школе зависит также и от того, насколько прочно он смог утвердить свою позицию в классе среди сверстников. Активный и инициативный ребенок становится лидером, начинает хорошо учиться. Тихий и податливый ученик часто превращается в ведомого или аутсайдера, учится нехотя. Можно предположить, что ребенок «ослаблен». Что же такое «ослабленный» ребенок? Какие отклонения в состоянии здоровья характерны для младшего школьника? Ослабленный ребенок имеет *незначительные* отклонения в состоянии здоровья. Родители и педагоги по некоторым признакам могут сами, без участия врача, определить, является ли ребенок ослабленным. К этим признакам относятся: частые болезни, нарушение зрения и осанки, плоскостопие, низкая двигательная подготовленность, повышенная или пониженная эмоциональность, отклонения в росте и массе тела, тем самым ребенок не может почувствовать себя частью коллектива. Чтобы помочь детям адаптироваться к школе, нужно укреплять здоровье и психику ребенка, развивать его мышление и эмоционально-волевую сферу, снимать напряжение, избавляться от различных переживаний. Это можно сделать с помощью игр, которые основываются на цветотерапии [4, с. 6]. Цвет, по мнению Л.С. Выготского, может влиять на человека и оказывать то или иное давление на его состояние. Определенные цвета укрепляют здоровье и поддерживают психологический «фон» детей, создают оптимальные психологические условия для успешного развития ребенка [2, с. 6].

Цветотерапия основывается на наглядно-образном, предметно-чувственном, эстетическом и эмоциональном восприятии природного и социального окружения детей. Младший школьник любопытен по своей природе, поэтому открывать тайны и загадки, скрытые в природном окружении ему интересно. Основой всей деятельности является наглядно-образное мышление [4, с. 6].

Для развития у учащихся логического и вариативного мышления все новые понятия, определения, задания обычно вводятся постепенно, чередуясь с ранее усвоенными. Развитию мышления помогает использование творческой деятельности [2, с. 6].

Рисуночные игры развивают воображение, пробуждают душевные порывы; развивают и стабилизируют внимание и сосредоточенность;

Рисуночные игры оказывают непосредственное влияние на развитие и здоровье детей. Такие игры выполняют психотерапевтическую функцию и помогают детям справиться со своими психологическими проблемами. Френк утверждает, что игра для детей – способ научиться тому, чему их никто не может научить. Этот способ исследования пространства и вещей и т.д. включаясь в творческий процесс, дети учатся в нашем символическом мире – мире смыслов и ценностей, в то же время исследуя и экспериментируя. Пиаже полагает, что игра является мостиком между конкретным опытом и абстрактным мышлением, и именно символическая функция игры является максимальной важной.

Игра несет в себе много содержательных функций. По выражению Лео Фрабеллиуса, человечество разыгрывает порядок вещей в природе, как оно этот порядок воспринимает. Для детей игра – неотъемлемая часть жизни. Через рисуночные игры и непосредственно можно решать многие задачи, стоящие перед педагогическим коллективом.

Важными проблемами образования являются неприятие многими детьми школьных занятий. Радость от получения знаний на уроках гасится, потому что дети не заинтересованы. В основном в сознании детей получение престижных хороших знаний и навыков значительно снижена. Агрессивное поведение в общении стало нормой, культура досуга снизилась до предела, несмотря на высокий уровень технического прогресса (телевизоры, компьютеры, Интернет). Иное дело игра: ее ребенок выбирает сам, согласно своим возможностям, он может обсудить свои успехи с друзьями, почувствовать себя частью общества. Подчинение строгим правилам игры не воспринимается играющими как насилие, попирание личной свободы. А престижность определенных видов игр возвышает ребенка в собственных глазах, расширяет круг общения. Разнообразные виды игр воссоздают весь спектр человеческой деятельности; они не заменяют ее, но с их помощью человек в любом возрасте может решить многие личные проблемы. Это могут быть как подвижные игры, например физкультминутки, так и статические. Для детей лучшим лекарством от переутомления – игры, основанные на цвет. Они переводят свое внимание от нудных занятий, например, на рисование. В рисунки выплескиваются отрицательные эмоции ребенка и он готов к суровым будням [5, с. 6].

Хорошо известно, каким важным этапом в жизни каждого ребенка является период его адаптации к школьным требованиям, совпадающий с

началом обучения в школе. И, действительно, поступление в школу меняет весь привычный стиль жизни и окружения ребенка. Перед ним возникает целый ряд новых задач: найти свое место в незнакомом детском коллективе, соблюдать требования учителя, привыкать к систематической умственной работе и относительной неподвижности на уроках, комплексу факторов школьной жизни, среди которых трудно выделить ведущий. От 4 до 25% семилетних и от 20 до 50% шестилетних ребятшек, например, не способны при традиционной организации учебного процесса адаптироваться к школьным требованиям. Это происходит потому, что дети, имеющие одинаковый календарных возраст, могут находиться на разных этапах созревания. Причинами «незрелости» детей педагоги и психологи считают негативное влияние среды, главным образом в семье, в частности, отношение матери и ребенка, они выделяют еще одну глобальную проблему современной цивилизации. Такую огромную перегрузку чувств, которая существует в сегодняшнем обществе, до сих пор еще ни одно поколение детей не испытывало. Всевозрастающий поток разнообразной информации, негативно влияет даже на взрослых людей, обрушивается со всех сторон на маленького человека, который даже не в состоянии не только переработать, но и просто защититься от переизбытка чувств и ощущений.

Процесс адаптации к школе протекает у детей длительно и сопровождается сложными изменениями в организме. Физиологи выделяют три фазы адаптационного периода. Первая фаза – острая адаптация, вторая – подострая, третья – компенсаторная. Когда появляются неблагоприятные психоэмоциональные реакции, снижается сопротивляемость организма к инфекциям и развитие утомление на уроках. Это зависит не только от жестких педагогических требований к ребенку, но также не меньшее влияние оказывает и помещение, где они проводят большую часть учебного дня [4, с. 6]. Взрослые люди полагают, что чем ярче и пятнистей украсят кабинет или комнату, тем ребенок будет себя лучше чувствовать, это, к сожалению, не так [1, с. 6]. Здоровье — бесценное достояние каждого человека. Забывая об этом, многие взрослые не только сами не соблюдают простейших, обоснованных наукой норм здорового образа жизни, но и не приучают к ним детей. Это своеобразное «незнание» может вести к нарушению подвижности нервных процессов, снижает способность к умственной работе. Каковы же биологические функции цветотерапии? Это – выход избыточной жизненной силы через рисунки; потребность в разрядке; тренировка перед серьезным делом; упражнение в самообладании; развитие также аккуратности; компенсация вредных побуждений; восполнение монотонной деятельности

[4, с. 6].

Чтобы оценить эмоциональное состояние младших школьников как реакции на учебную нагрузку или не микросоциальное окружение хорошо зарекомендовал себя метод «цветописи Лутошкина». В основе этого метода – прослеженная учеными зависимость между эмоциональным состоянием человека и его предпочтениями в выборе определенной гаммы цветового спектра. Имеют место и такие исследования, в которых показано, как по разному воздействуют разные цвета на эмоциональное состояние человека. Так из истории оборудования школьных зданий известно, что черная окраска поверхности парт, школьных досок, темные цвета панелей классных комнат в последнее десятилетия стали заменять светло-зеленой окраской, исходя из того, что зеленый цвет благоприятствует зрительной работе, способствует уравновешенному эмоциональному состоянию. Метод «цветописи Лутошкина» как раз основывается на способности детей выражать свое настроение разной цветовой гаммой. Так восторженное, праздничное, радостное настроение детей выражают выбором красного, оранжевого, желтого цветов; спокойное – зеленым; грустное – синим; пасмурное – фиолетовым или коричневым цветами; подавленное (самое плохое) выбором черного цвета [4, с. 6].

В эмоциональном состоянии ребенка младшего школьного возраста интегрируется его восприятие степени комфортности жизни в целом отдельных ее эпизодов в частности. Для младшего школьника понятия «хорошо» или «плохо» в школе, в семье, на уроке идентично аналогичному восприятию жизни и неизбежно отражается его эмоциональном состоянии. Исходя из этого, использование метода «цветописи Лутошкина» необходимо для решения не только педагогических, но и социальных задач.

Отдых во время занятий в школе и дома вовсе не означает состояния полного покоя. Лишь при очень большом утомлении может идти речь о пассивном отдыхе. Желательно, чтобы характер отдыха был противоположен характеру работы ребенка («контрастный» принцип). Чередование физических и умственных нагрузок полезно для здоровья.

С помощью цветотерапии, в которую включены элементы психосинтеза, помогающие снять штампы в мышлении и в представлениях, снять утомляемость, развить внимание и сосредоточенность, эмоциональную устойчивость и сердечную чувствование. Все это позволяет обрести ребенку свой положительный образ Я, настроиться на радостное восприятие жизни, тем самым снять стрессовые факторы [3, с. 6].

Во многих школах проводятся своеобразные релаксации, где дети передают свое душевное состояние через рисунки, при этом обязательно играет музыка, которая говорит в это время о любви, покое, взаимопонимании, добре. В качестве музыкального сопровождения возможно использование фонограммы колокольного звона, шума прибоя, пения птиц, шума дождя, журчащего ручья или музыки, которая способна передать восход солнца, блеск звезд и бесконечность пространства. Во время расслабления могут звучать стихи. Речь педагога плавная, спокойная, с соответствующими интонациями. Каждое слово должно быть продумано. Используется все многообразие и красота русского языка. Работая со словом, педагог должен помнить, что оно обладает определенной вибрацией, ритмом и способно как разрушать, так и созидать нравственное и физическое здоровье. Таким образом цвет способен вылечить психику, снять напряжение и создать нормальный психологический климат в душевном состоянии человека [4, с. 6].

Библиографический список

1. *Арнхейм Р.* Искусство и визуальное восприятие. М., 1974.
2. *Выготский Л.С.* Психология искусства. М., 1965.
3. *Демидов В.М.* Как мы видим и что видим. М., 1987.
4. *Копылев Ю.В., Полянская Н.В.* Оздоровление ослабленных детей младшего школьного возраста // Воспитание и обучение детей с нарушением развития. 2004. № 3.
5. *Шманов С.А.* Игры учащихся – феномен культуры. М., 1999.

И.В. Гладкова

РОЛЬ ИСКУССТВА И ХУДОЖЕСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ

Процесс формирования личности происходит в едином культурном пространстве под воздействием многих факторов: социокультурных, национально-этнических, религиозных, идеологических, художественно-эстетических и др. Каждая эпоха определяет свои приоритеты в иерархии этих факторов. Значение воспитательной роли искусства признавалось во все времена, при любых политических режимах, потому что искус-