**Семинар-практикум для воспитателей ДОУ**
**Тема: «Психологическая комфортность педагогов ДОУ»**

Подготовила и провела: старший воспитатель

 МБДОУ – д/с №7 «Солнышко» Шумаева.И.В.

г.Топки, 2015 г.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОМФОРТНОСТЬ ПЕДАГОГОВ ДОУ**

**ЦЕЛЬ:** СОЗДАНИЕ ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОЙ АТМОСФЕРЫ СРЕДИ ПЕДАГОГОВ ДОУ; СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ, ЧУВСТВА ТРЕВОГИ, СОЗДАНИЕ ГРУППОВОГО ДОВЕРИЯ И ПРИНЯТИЯ.

**ОБОРУДОВАНИЕ:** ПРЕДМЕТЫ ОРАНЖЕВОГО ЦВЕТА (ИГРУШКИ: БЕЛКА, ЛИСА; МУЛЯЖ ТЫКВЫ, АПЕЛЬСИНА, РАКА; КОРАЛЛЫ, КАРАНДАШ, КУБИК, СТИКЕРЫ, МАШИНКА, ЛИСТ ОРАНЖЕВОЙ БУМАГИ, МАССАЖНЫЙ МЯЧ, ПОДНОС); ФРУКТЫ: МАНДАРИНЫ; ОВОЩИ: МОРКОВЬ; АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК, ОДНОРАЗОВЫЕ СТАКАНЫ.

**ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ:** ИГРОТРЕНИНГ.

**УЧАСТНИКИ:** ПЕДАГОГИ ДОУ.

**ПЛАН СЕМИНАРА-ПРАКИТИКУМА.**

1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ «ЦВЕТ В НАШЕЙ ЖИЗНИ».

2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. ИГРОТРЕНИНГ (35 МИНУТ).

3. РЕФЛЕКСИЯ.

4. ПРИНЯТИЕ ПРОЕКТА РЕШЕНИЯ.

**ХОД ПРОВЕДЕНИЯ СЕМИНАРА-ПРАКТИКУМА**

1. **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ «ЦВЕТ В НАШЕЙ ЖИЗНИ».**

ЦВЕТ В НАШЕЙ ЖИЗНИ (ВЫСТУПЛЕНИЕ СТАРШЕГО ВОСПИТАТЕЛЯ:ШУМАЕВОЙ И.В.).

ХРОМОТЕРАПИЯ (ЦВЕТОТЕРАПИЯ) – ЭТО БЕСКОНТАКТНЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ СВЕТОМ И ЦВЕТОМ, ЭФФЕКТИВНОСТЬ КОТОРОГО НАУЧНО ДОКАЗАНА. ОН ОСНОВАН НА ТОМ, ЧТО СВЕТ, ЯВЛЯЯСЬ ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫМ ИЗЛУЧЕНИЕМ, ПРОНИКАЕТ ЧЕРЕЗ ТКАНИ И НЕСЕТ НЕОБХОДИМУЮ ЭНЕРГИЮ. ВОЗДЕЙСТВИЕ СООТВЕТСТВУЮЩЕГО ЦВЕТА НА ОПРЕДЕЛЕННЫЙ ВНУТРЕННИЙ ОРГАН МОЖЕТ БЫТЬ ЦЕЛИТЕЛЬНО. ХРОМОТЕРАПИЯ ПРИМЕНЯЕТСЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ НЕ ТОЛЬКО ФИЗИЧЕСКИХ, НО И ПСИХИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И РАССТРОЙСТВ.

ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ВИЗУАЛЬНОЙ ХРОМОТЕРАПИИ ОБЫЧНО РЕШАЮТСЯ ТАКИЕ ВАЖНЫЕ ВОПРОСЫ, КАК:

– УМЕНЬШЕНИЕ ИЛИ УДАЛЕНИЕ БОЛЕВОГО СИНДРОМА ДО И ПОСЛЕ ОПЕРАЦИОННЫХ ВМЕШАТЕЛЬСТВ;

– ТЕРАПИЯ АРИТМИИ, ПСОРИАЗА И ОСТАЛЬНЫХ ПОДОБНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ;

– ЛЕЧЕНИЕ ПРИ НАРКОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ, А ТАКЖЕ ВВЕДЕНИЕ ПАЦИЕНТА В СОСТОЯНИЕ ГИПНОТИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В ЛЕЧЕБНЫХ ЦЕЛЯХ;

– АКТИВИЗАЦИЯ ПРОЦЕССОВ ВОССТАНОВЛЕНИЯ В НЕРВНЫХ КЛЕТКАХ И УКРЕПЛЕНИЕ ИММУНИТЕТА;

– СНИЖЕНИЕ СТРЕССОВЫХ ВЛИЯНИЙ И УСКОРЕНИЕ РАССЛАБЛЕНИЯ;

– ЛЕЧЕНИЕ БЕССОННИЦЫ;

– ПРОДЛЕНИЕ СОСТОЯНИЯ ХОРОШЕГО САМОЧУВСТВИЯ;

– ОБЛЕГЧЕНИЕ ПРИСТУПОВ МИГРЕНИ И ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ;

– УМЕНЬШЕНИЕ СИМПТОМОВ ДЕПРЕССИИ;

– АКТИВИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОБРАЗОВАНИЯ И ТВОРЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ;

– ПОМОЩЬ ДЕТЯМ С ОТКЛОНЕНИЯМИ.

**А ГДЕ МЫ МОЖЕМ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЦВЕТОТЕРАПИЮ?**

• ПРИ ДИАГНОСТИКЕ.

• НА ЗАНЯТИЯХ ПО ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЕ У ДЕТЕЙ.

• КАК ТВОРЧЕСКУЮ САМОРЕАЛИЗАЦИЮ.

• НА ТРЕНИНГАХ С ПЕДАГОГАМИ И РОДИТЕЛЯМИ.

• НА ПРАКТИКУМАХ.

ЦВЕТ – ЭТО ОКРАШЕННЫЙ СВЕТОВОЙ ПОТОК РАЗЛИЧНОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ, А СВЕТ – ЭТО ЭНЕРГИЯ. УЧЕНЫЕ УСТАНОВИЛИ, ЧТО ПОД ДЕЙСТВИЕМ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ЦВЕТОВ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА ПРОИСХОДЯТ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ. ЦВЕТА МОГУТ СТИМУЛИРОВАТЬ, ВОЗБУЖДАТЬ, ПОДАВЛЯТЬ, УСПОКАИВАТЬ, ПОВЫШАТЬ И ПОДАВЛЯТЬ АППЕТИТ, СОЗДАВАТЬ ОЩУЩЕНИЕ ХОЛОДА ИЛИ ТЕПЛОТЫ. ЦВЕТОТЕРАПИЯ НАСТРАИВАЕТ НАШИ БИОЛОГИЧЕСКИЕ ЧАСЫ, ВОССТАНАВЛИВАЕТ ИММУННУЮ, ПОЛОВУЮ, ЭНДОКРИННУЮ И НЕРВНУЮ СИСТЕМЫ.

ВСЯ НАША ЖИЗНЬ НАПОЛНЕНА ЦВЕТОМ. МЫ ПОСТОЯННО ЗАНИМАЕМСЯ ЦВЕТОТЕРАПИЕЙ, ДАЖЕ НЕ ПОДОЗРЕВАЯ ОБ ЭТОМ. ДОСТАТОЧНО ВСПОМНИТЬ О НАШИХ ЦВЕТОВЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЯХ. У НАС ЕСТЬ ЛЮБИМЫЕ И НЕЛЮБИМЫЕ ЦВЕТА, ПРИЯТНЫЕ ДЛЯ ГЛАЗ ИЛИ РАЗДРАЖАЮЩИЕ ОТТЕНКИ РАЗНЫХ ЦВЕТОВ. НЕ СУЩЕСТВУЕТ ПЛОХИХ ЦВЕТОВ. У КАЖДОГО СВОИ СПЕЦИФИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА И СИЛА. ЗДОРОВЫЙ УРАВНОВЕШЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК НАХОДИТСЯ В ГАРМОНИЧНЫХ ОТНОШЕНИЯХ СО ВСЕМИ ЦВЕТАМИ.

ЛЮБУЯСЬ ЦВЕТОМ, НАСЫЩАЯ ЦВЕТОМ СВОИ ОРГАНЫ ЧУВСТВ, МЫ СТАНОВИМСЯ БОЛЕЕ ВОСПРИИМЧИВЫМИ И ЧУВСТВИТЕЛЬНЫМИ.

**ЦВЕТ В НАШЕЙ ЖИЗНИ**

КРАСНЫЙ СИМВОЛИЗИРУЕТ СМЕЛОСТЬ, ОТВАГУ, ФИЗИЧЕСКУЮ СИЛУ, АКТИВНОСТЬ, ТЕПЛОТУ, ЭНЕРГИЮ, МУЖЕСТВЕННОСТЬ И ВОЗБУЖДЕНИЕ. ЭТО ЦВЕТ ОГНЯ, ЖАЖДЫ ЖИЗНИ И СКОРОСТИ. НЕГАТИВНЫЕ КОННОТАЦИИ: ВЫЗОВ, АГРЕССИЯ, НАСИЛИЕ. АКТИВНЫЙ, ЭНЕРГИЧНЫЙ И ГОРЯЧИЙ – ПОЭТОМУ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ ИМ МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ ПЕРЕВОЗБУЖДЕНИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ВОЛНЕНИЯ, БЕСПОКОЙСТВО И ГОЛОВНУЮ БОЛЬ.

ЖЕЛТЫЙ – ЦВЕТ ЭМОЦИЙ. СТИМУЛИРУЕТ ИНТЕЛЛЕКТ И ОБЩИТЕЛЬНОСТЬ. ОН ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ДЛЯ ОБОЗНАЧЕНИЯ ОПТИМИЗМА, УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ, УВАЖЕНИЯ, ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СИЛЫ И ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ.

ОРАНЖЕВЫЙ ЦВЕТ СИМВОЛИЗИРУЕТ ТЕПЛОТУ, БЕЗОПАСНОСТЬ, ДОВЕРИЕ, ЕДИНСТВО, ЧУВСТВЕННОСТЬ, СТРАСТЬ И ИЗОБИЛИЕ, А ТАКЖЕ ЛЕГКОМЫСЛИЕ И НЕЗРЕЛОСТЬ.

ГОЛУБОЙ – ЭТО ЦВЕТ ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ, ЦВЕТ ОБЩЕНИЯ. ГОЛУБЫЕ ТОНА ПРОИЗВОДЯТ ВПЕЧАТЛЕНИЕ ЛЕГКОСТИ, ВОЗДУШНОСТИ. ГОЛУБОЙ – ЦВЕТ МИРА, ОН ТИХ И СПОКОЕН. УСПОКАИВАЕТ ДУШУ, УМЕНЬШАЕТ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ БОЛЬ, ПРОТИВОДЕЙСТВУЕТ ЖЕСТОКОСТИ И ГРУБОСТИ. В ЦВЕТОЛЕЧЕНИИ ГОЛУБОЙ ОБЛАДАЕТ БОЛЕУТОЛЯЮЩИМ СВОЙСТВОМ, ЭФФЕКТИВЕН ПРИ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССАХ, ЛЕЧЕНИИ БОЛЕЗНЕЙ ГОРЛА, ГОЛОВНЫХ БОЛЯХ.

СИНИЙ – ЦВЕТ ИНТЕЛЛЕКТА. ОН СИМВОЛИЗИРУЕТ УМ, ОБЩЕНИЕ, ДОВЕРИЕ, СПОКОЙСТВИЕ, ДОЛГ, РАЦИОНАЛИЗМ И ЛОГИКУ. НЕГАТИВНЫЕ КОННОТАЦИИ: ХОЛОДНОСТЬ, ОТСУТСТВИЕ ЭМОЦИЙ И ЗАКРЫТОСТЬ.

ЗЕЛЕНЫЙ ПРИНЯТО СЧИТАТЬ ЦВЕТОМ ГАРМОНИИ, ОБНОВЛЕНИЯ

И БЕССМЕРТИЯ. ПОМОГАЕТ РАССЕИВАТЬ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ. ОН ВНУШАЕТ ГАРМОНИЮ, РАВНОВЕСИЕ И СИМВОЛИЗИРУЕТ ЛЮБОВЬ К ПРИРОДЕ И МИР, ОДНАКО ВМЕСТЕ С ТЕМ ОБОЗНАЧАЕТ ЗАСТОЙ И ОТСУТСТВИЕ РАЗВИТИЯ.

ФИОЛЕТОВЫЙ – ЦВЕТ ДУХОВНОСТИ, А ИМЕННО: СИМВОЛИЗИРУЮЩИЙ ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ, ПРОВИДЧЕСКИЙ ДАР, РОСКОШЬ, ПРАВДУ И ДОСТОВЕРНОСТЬ. ЭТО ЦВЕТ ФИЛОСОФОВ И ПОЭТОВ, ЕГО ТАИНСТВЕННОСТЬ НЕПОСТИЖИМА. НЕГАТИВНЫЕ КОННОТАЦИИ: ЗАМКНУТОСТЬ И ПОДАВЛЕНИЕ ЭМОЦИЙ.

РОЗОВЫЙ ОБОЗНАЧАЕТ ФИЗИЧЕСКОЕ СПОКОЙСТВИЕ, ЖЕНСТВЕННОСТЬ, ЛЮБОВЬ И СЕКСУАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ. НЕГАТИВНЫЕ КОННОТАЦИИ: СДЕРЖИВАНИЕ ЧУВСТВ, ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ КЛАУСТРОФОБИЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ СЛАБОСТЬ.

СЕРЫЙ СИМВОЛИЗИРУЕТ И ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ НЕЙТРАЛЬНОСТЬ, И НЕУВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ, А ТАКЖЕ ДЕПРЕССИЮ И АПАТИЮ.

ЧЕРНЫЙ – СИМВОЛ УТОНЧЕННОСТИ, ГЛАМУРА, ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛИЗМА. ОН ТАКЖЕ ГОВОРИТ О ПОДАВЛЕННОСТИ, ХОЛОДНОСТИ, УГРОЗЕ И ДЕПРЕССИИ. ПОГЛОЩАЯ ВСЕ, ЭТОТ ЦВЕТ БРОСАЕТ КАЖДОМУ ИЗ НАС ВЫЗОВ.

БЕЛЫЙ СИМВОЛИЗИРУЕТ ГИГИЕНУ, СТЕРИЛЬНОСТЬ, ЧИСТОТУ, ЯСНОСТЬ И ПРОСТОТУ. ОКАЗЫВАЕТ БЛАГОТВОРНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ЗАМКНУТЫХ И СКОВАННЫХ.

КОРИЧНЕВЫЙ – СИМВОЛ СЕРЬЕЗНОСТИ, НАДЕЖНОСТИ, ПРОЧНОСТИ, ТЕПЛОТЫ, ПРИРОДЫ И МАТЕРИАЛИЗМА. ЭТО КОНСЕРВАТИВНЫЙ ЦВЕТ. ТАКЖЕ ОН ОБОЗНАЧАЕТ ОТСУТСТВИЕ ЧУВСТВА ЮМОРА И ПРИЗЕМЛЕННОСТЬ.

**2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. ИГРОТРЕНИНГ (ПРОВОДИТ СТАРШИЙ ВОСПИТАТЕЛЬ ДОУ).**

ПРАВИЛА ИГРОТРЕНИНГА:

• СИТУАЦИЯ «ЗДЕСЬ И ТЕПЕРЬ»: ВЫСКАЗЫВАЙТЕ СВОЕ МНЕНИЕ, НЕ КРИТИКУЯ ДРУГИХ.

• ЧТО ПРОИСХОДИТ ЗДЕСЬ, В ЭТОМ КРУГЕ, НЕ ВЫНОСИТСЯ ЗА ЕГО ПРЕДЕЛЫ.

• ТРЕНЕР (ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ) ЯВЛЯЕТСЯ ВЕДУЩИМ.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИВЕТСТВИЕ».

ПОПРИВЕТСТВУЙТЕ СВОЕГО ПРАВОГО И ЛЕВОГО СОСЕДА ЛАДОНЯМИ, ЛОКТЯМИ, ОБЪЯТИЯМИ.

УПРАЖНЕНИЕ «ТЕ, КТО…».

ОТЗОВИТЕСЬ ТЕ, КТО СЕГОДНЯ УМЫВАЛСЯ. ПОХЛОПАЙТЕ В ЛАДОШИ ТЕ, КТО ЛЮБИТ МОРОЖЕНОЕ. ПОТОПАЙТЕ НОГАМИ ТЕ, У КОГО НА ОДЕЖДЕ ПРИСУТСТВУЕТ СИНИЙ ЦВЕТ. ПОХЛОПАЙТЕ В ЛАДОШИ ТЕ, У КОГО СЕРЫЕ И КАРИЕ ГЛАЗА. УЛЫБНИТЕСЬ ТЕ, КТО СЕГОДНЯ ПРИШЕЛ ПОЛУЧИТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ.

ПРИГЛАШЕНИЕ.

ПРИГЛАШАЮ ВАС СЕГОДНЯ ОТПРАВИТЬСЯ В ОРАНЖЕВУЮ СТРАНУ. В ТЕХ МЕСТАХ НА ЗЕМЛЕ, КУДА УПАЛИ ОРАНЖЕВЫЕ ЛУЧИ СВЕТА, ПОЯВИЛИСЬ РЫЖИЕ КОТЫ И ЛИСИЦЫ, ЗАПЕЛИ ЯРКО-ОРАНЖЕВЫЕ КАНАРЕЙКИ, ВСПЫХНУЛИ ОГОНЬКАМИ ЦВЕТЫ НАСТУРЦИЙ, НОГОТКОВ И ЛИЛИЙ, НА ПЛОДОВЫХ ДЕРЕВЬЯХ НАЛИЛИСЬ, СОЗРЕЛИ МАНДАРИНЫ И АПЕЛЬСИНЫ. ДАЖЕ ГЛУБОКО ПОД ЗЕМЛЮ ПРОНИКЛИ ЛУЧИ ФЕИ И ОКРАСИЛИ В ОРАНЖЕВЫЙ ЦВЕТ МОРКОВЬ.

ПОГРУЖЕНИЕ В ЦВЕТ.

УПРАЖНЕНИЕ «ОЩУЩЕНИЕ ЦВЕТА».

РАССЛАБЬТЕ МЫШЦЫ ТЕЛА, ОПУСТИТЕ СВОБОДНО РУКИ И СПОКОЙНО ПОСМОТРИТЕ НА ПРЕДМЕТЫ ОРАНЖЕВОГО ЦВЕТА. ПОПРОБУЙТЕ ПОЧУВСТВОВАТЬ, КАКИЕ ОЩУЩЕНИЯ ВЫЗЫВАЕТ ОРАНЖЕВЫЙ ЦВЕТ. КАКОЕ НАСТРОЕНИЕ СОЗДАЕТ? ОН ВАМ КАЖЕТСЯ ЛЕГКИМ ИЛИ ТЯЖЕЛЫМ, ТЕПЛЫМ ИЛИ ХОЛОДНЫМ, РАДОСТНЫМ ИЛИ ГРУСТНЫМ, ОБЩИТЕЛЬНЫМ ИЛИ СКРЫТНЫМ, СЛАБЫМ ИЛИ СИЛЬНЫМ?

ОРАНЖЕВЫЙ ЦВЕТ ТЕПЛЫЙ И МЯГКИЙ. ОН ВЗБАДРИВАЕТ, ОДНАКО ПО СРАВНЕНИЮ С КРАСНЫМ БОЛЕЕ СПОКОЙНЫЙ И ЛЕГКИЙ. ОРАНЖЕВЫЙ СОЗДАН ДЛЯ СЧАСТЬЯ И ОБЩЕНИЯ. ЭТИМ ЦВЕТОМ ПОЛЬЗУЮТСЯ КЛОУНЫ ВСЕГО МИРА, ТАК КАК ОРАНЖЕВЫЙ ВСЕЛЯЕТ РАДОСТЬ, УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ, ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ И ТЕРПИМОСТЬ. ОРАНЖЕВЫЙ ЦВЕТ ИЗБАВЛЯЕТ ОТ НЕДОВЕРИЯ И ЧУВСТВА ПРЕВОСХОДСТВА.

УПРАЖНЕНИЕ «ЧТО УМЕЮТ ДЕЛАТЬ ПРЕДМЕТЫ?».

ВАМ НЕОБХОДИМО РАССКАЗАТЬ, ЧТО УМЕЮТ ДЕЛАТЬ ЭТИ ПРЕДМЕТЫ. НАПРИМЕР, ОРАНЖЕВАЯ МОРКОВКА УМЕЕТ РАСТИ, СОЗРЕВАТЬ, СИДЕТЬ В ЗЕМЛЕ.

ОРАНЖЕВАЯ СКАЗКА «РЫЖИЙ ГОРОД».

ОДНОГО МАЛЬЧИКА ДРАЗНИЛИ РЫЖИМ. МАЛЬЧИК ЭТОТ ОЧЕНЬ ПЕРЕЖИВАЛ И РЕШИЛ УЙТИ ИЗ ДОМА, ВСЕ РАВНО КУДА. ЛЕГ ПОРАНЬШЕ СПАТЬ И ВИДИТ СОН: БУДТО ОН УШЕЛ ИЗ ДОМА И ИДЕТ КУДА ГЛАЗА ГЛЯДЯТ. СМОТРИТ – ВОРОТА СТОЯТ, А НА НИХ НАПИСАНО: «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РЫЖИЙ ГОРОД!»

ВОШЕЛ ОН – И АХНУЛ.

В ЭТОМ УДИВИТЕЛЬНОМ ГОРОДЕ ВСЕ БЫЛО РЫЖИМ-ПРЕРЫЖИМ. РЫЖИЕ РУЧЬИ ТЕКЛИ ПО РЫЖИМ ТРАВАМ И ВПАДАЛИ В РЫЖИЕ РЕКИ. А НАД РЕКАМИ РЫЖИЕ РАДУГИ ПОВИСЛИ. РЫЖИЕ РЫБАКИ ЛОВИЛИ В ЭТИХ МЕСТАХ РЫБ И РАКОВ. ПО РАДИО ПЕРЕДАВАЛИ «РЫЖИЙ ВАЛЬС», И ВСЕ РЫЖИЕ-ПРЕРЫЖИЕ ЛЮДИ РАДОСТНО УЛЫБАЛИСЬ.

ТУТ К НЕМУ ПОДОШЛА РЫЖАЯ-ПРЕРЫЖАЯ ДЕВОЧКА:

– ТЫ ПОЧЕМУ ТАКОЙ ГРУСТНЫЙ?

– МЕНЯ ВСЕ РЫЖИМ ДРАЗНЯТ, – ХМУРО ОТВЕТИЛ МАЛЬЧИК.

– КАКОЙ ГЛУПЕНЬКИЙ, – ЗАСМЕЯЛАСЬ ДЕВОЧКА. – А НУ-КА ПОСМОТРИ НА СОЛНЦЕ, КАКОГО ОНО ЦВЕТА?

– НУ, РЫЖЕГО, – РОБКО СКАЗАЛ МАЛЬЧИК.

– И МЫ – РЫЖЕГО! ЗНАЧИТ, ВСЕ МЫ – МАЛЕНЬКИЕ СОЛНЫШКИ. РАДОВАТЬСЯ НАДО!..

И ТУТ МАЛЬЧИК ПРОСНУЛСЯ. ВЫБЕЖАЛ ОН ВО ДВОР, А МАЛЬЧИШКИ ТУТ КАК ТУТ: «РЫЖИЙ, РЫЖИЙ, КОНОПАТЫЙ!» А ОН ТОЛЬКО РАССМЕЯЛСЯ И ХИТРО ПОДМИГНУЛ РЫЖЕМУ СОЛНЫШКУ.

УПРАЖНЕНИЕ «АХ, КАК ВКУСНО!».

УГОЩЕНИЕ ИЗ ОРАНЖЕВОГО САДА. ПОПРОБУЙТЕ КУСОЧЕК ОРАНЖЕВОЙ МОРКОВКИ. ПОДЕРЖИТЕ ЭТОТ КУСОЧЕК ВО РТУ, МЕДЛЕННО РАСКУСИТЕ, ТЩАТЕЛЬНО ПРОЖУЙТЕ И ТОЛЬКО ПОТОМ ПРОГЛОТИТЕ. ЧТО ВЫ ОЩУЩАЛИ? КАКАЯ МОРКОВЬ? (ТВЕРДАЯ, СЛАДКАЯ, СОЧНАЯ, ХРУСТЯЩАЯ.)

ТЕПЕРЬ ПОПРОБУЙТЕ МАНДАРИН.

ЧЕМ ОТЛИЧАЕТСЯ МАНДАРИН ОТ МОРКОВИ ПО ОЩУЩЕНИЯМ ВО РТУ?

ВЫ ОЩУТИЛИ, КАК ВМЕСТЕ С ОРАНЖЕВОЙ ПИЩЕЙ ВАС НАПОЛНИЛ РАДОСТНЫЙ ЦВЕТ – ЦВЕТ САМОГО СОЛНЦА?

САМОВЫРАЖЕНИЕ В ЦВЕТЕ.

ПОПРОБУЙТЕ НАРИСОВАТЬ ОРАНЖЕВОЕ НАСТРОЕНИЕ ПОНРАВИВШИМИСЯ ВАМ ХУДОЖЕСТВЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ. ПЕДАГОГИ РИСУЮТ ПОД МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ «ОРАНЖЕВОЙ ПЕСЕНКИ» (МУЗ. К. ПЕВЗНЕРА, СЛ. А. АРКАНОВА).

 РЕЛАКСАЦИЯ.

– ЗАКРОЙТЕ НА МИНУТКУ ГЛАЗА.

ПРЕДСТАВЬТЕ ОРАНЖЕВУЮ СТРАНУ, КАК ГУЛЯЕТЕ ПО ЕЕ УЛОЧКАМ, НЕЖИТЕСЬ ПОД ЛУЧАМИ ОРАНЖЕВОГО СОЛНЦА, СОБИРАЕТЕ В ПАРКЕ ОРАНЖЕВЫЕ ЦВЕТЫ.

МЫСЛЕННО ПОБЛАГОДАРИТЕ ОРАНЖЕВУЮ СТРАНУ ЗА ЧУДЕСНУЮ ПРОГУЛКУ В НЕЙ.

**3. РЕФЛЕКСИЯ СВОИХ ЧУВСТВ.**

ПРОДОЛЖИТЕ ФРАЗУ:

– СЕГОДНЯ Я…

**4. ПРИНЯТИЕ ПРОЕКТА РЕШЕНИЯ:**

1. СПОСОБСТВОВАТЬ СТАНОВЛЕНИЮ КОМФОРТНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ.

2. ПРОВОДИТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ДОУ 2 РАЗ В ГОД.

Протокол №2

Проведение семинара – практикума на тему «Психологическая комфортность педагогов ДОУ»

 от 13.10.2015 г.

Присутствовало -14 чел.

 Проводила: старший воспитатель: Шумаева И.В.

Повестка дня.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ «ЦВЕТ В НАШЕЙ ЖИЗНИ».

2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. ИГРОТРЕНИНГ (35 МИНУТ).

3. РЕФЛЕКСИЯ.

4. ПРИНЯТИЕ ПРОЕКТА РЕШЕНИЯ.

Старший воспитатель Шумаева И.В. провела с педагогами семинар – практикум по теме «Психологическая комфортность педагогов ДОУ»с целью создания доброжелательной атмосферы среди педагогов ДОУ; снятие напряжения, чувства тревоги, создание группового доверия и принятия.

Решения по теме семинара:

1. Признать семинары для психологической комфортности педагогов актуальными.
2. Провести подобный семинар во втором полугодии учебного года.
3. Внедрить в работу с детьми методы цветотерапии на занятиях по развитию эмоционально – волевой сферы, для выражения творческой самореализации дошкольников.

Секретарь: Саламатова А.И.

Председатель: Шумаева И.В.