**Что такое цветотерапия и как она влияет на развитие детской речи?**

*Хромотерапия-* наука, изучающая свойства цвета . Цвету издавна приписывалось мистическое значение, благотворное или отрицательное действие на человека, ведь для человека зрение является самым важным из всех видов чувств .

Наши далекие предки заметили, что одни цвета ласкают взгляд, успокаивают, способствуют приливу внутренних сил, бодрят; другие- раздражают, угнетают, вызывают отрицательные эмоции. Воздействие цвета на людей не однозначно, а сугубо индивидуально, оно носит избирательный характер; педагогам, а также родителям необходимо это учитывать в развитии и воспитании малыша.

Помимо восприятия зрительных образов глаза выполняют важнейшую функцию *восприятия световой энергии и цветовых эффектов.* Через рецепторы зрительного нерва осуществляется проведение энергии цвета и цветовых ощущений из внешнего мира к различным отделам центральной нервной системы. *Ученые доказали, что, изменяя световой и цветовой режимы, можно воздействовать на функции вегетативной нервной системы, эндокринных желез и другие жизненно важные органы и процессы в организме.*

Даже вода, налитая в бутылки разного цвета, под воздействием лучей солнца приобретает определенные химические свойства и может быть использована в медицине.

***Красный****, стимулирующий цвет, тонизирует,* ***синий*** *успокаивает нервы,* ***пурпурный*** *очищает кровь, устраняет болезни печени.*

Педагогам и родителям необходимо владеть элементарной информацией о цветотерапиии использовать эти знания в воспитании и развитии ребенка.

**Синий** **цвет** оказывает успокаивающее воздействие, расслабляет, снимает спазмы, уменьшает головные боли спазматического происхождения, понижает аппетит. Людям умственного труда легче работать в комнате с синей лампой или синими шторами на окнах. В обычной практике отмечено, что **голубой** цвет оказывает тормозящее действие при состоянии психического возбуждения.

**Фиолетовый цвет** оказывает угнетающее действие на психические и физиологические процессы, снижает настроение людей.

**Красный цвет** активизирует, повышает физическую работоспособность, вызывает ощущение теплоты, стимулирует психические процессы.

**Зеленый цвет** успокаивает, создает хорошее настроение. Поэтому, когда человек утомлен, он инстинктивно стремится попасть в оптимальную для него геоцветовую среду: к зеленому лесу, лугу, зеленовато-голубой воде. Зеленый цвет оказывает благотворное влияние на соматически ослабленных детей, при лечении воспалений, при ослабленном зрении.

Крупнейший отечественный невропатолог В.М. Бехтерев исследовал влияние цветовых ощущений на скорость психических процессов. Опыты показали, что близкие цветовой части спектра красные цвета производят тонизирующее действие, **розовый** тонизирует при подавленном состоянии, а **желтый** цвет, цвет радости и покоя, нейтрализует негативные действия.

Ученые заметили, что любой предмет, приковывающий к себе внимание, помогает мысленно сконцентрироваться. Длительное рассматривание цветного камушка придает мыслям стройное течение, в результате чего может прийти оптимальное решение волнующей проблемы.

Н.В.Рыжова «Развитие речи в детском саду»