

# BARWY CIEPŁE

11 maja 2020

Jakiś czas temu w pracowni mówiliśmy o barwach ciepłych i zimnych. W tym oraz dwóch kolejnych materiałach edukacyjnych przypomnimy sobie, które kolory się do nich zaliczają.

## POTRZEBNE RZECZY

1. Kredki / mazaki / farby w barwach ciepłych
2. Wydrukowana grafika z ostatniej strony (jeśli nie macie drukarki, postarajcie się ją przerysować)
3. Przedmioty codziennego użytku w barwach ciepłych
4. Aparat / telefon komórkowy do zrobienia zdjęcia



## BARWY CIEPŁE

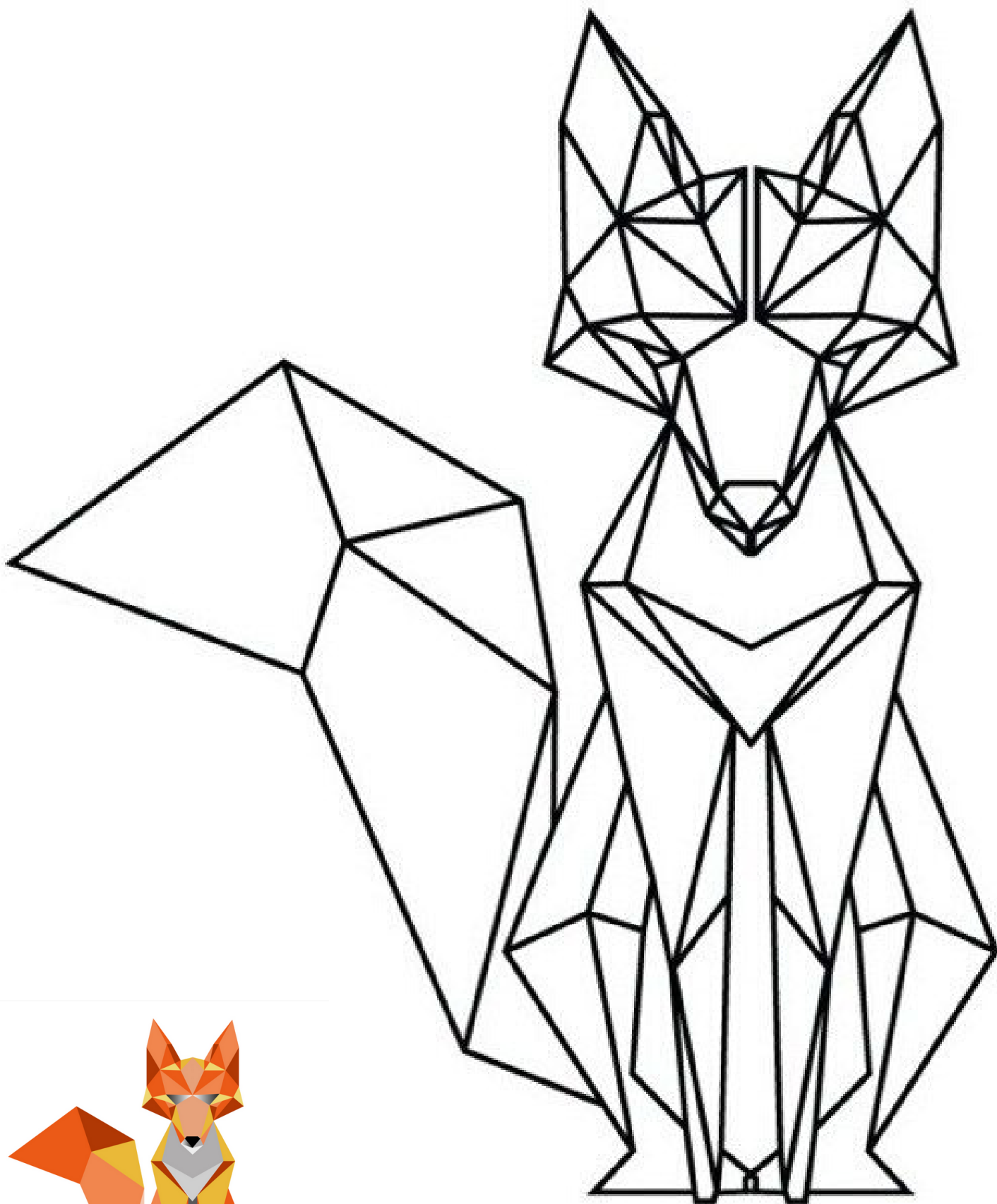
Barwy ciepłe to te, które kojarzą się nam z ciepłem, czyli żółty, pomarańczowy, czerwony i pochodne.

Udowodniono, że kolory ciepłe działają pobudzająco. Barwą frontalną jest w tym wypadku czerwień: pobudza do działania, motywuje, a także dodaje sił. Ponadto, rozpala zmysły i sprzyja romantycznej, namiętnej atmosferze. Pomarańczowy działa przeciwdepresyjnie, poprawia nastrój ale i podnosi samoocenę. Żółty poprawia humor, stymuluje nasz mózg do działania, polepsza pamięć. Sprawia, że znacznie lepiej się koncentrujemy, łatwiej przyswajamy wiedzę. Kolejny kolor ciepły to brąz, symbol tego, co naturalne i stabilne. Uspokaja ale i daje poczucie bezpieczeństwa. Do barw ciepłych zaliczyć możemy jeszcze soczyste odcienie zieleni, które symbolizują młodość, nowe życie. Soczysta zieleń poprawia humor, napawa optymizmem, koi zmęczenie.

Stosowanie ciepłych kolorów w mieszkaniu jest bardzo dobrym pomysłem jeśli chcemy ożywić wnętrze i dodać energii jemu i sobie. Nie w każdym jednak pomieszczeniu się sprawdzą. Nie stosujemy barw ciepłych w sypialniach, ponieważ utrudnią nam zasypianie. Doskonale za to sprawdzają się w kuchni: dodają apetytu i sprawiają, że wszystko bardziej nam smakuje. Kolory pastelowe w gamy żółci rewelacyjnie sprawdzają się w pomieszczeniach do pracy i nauki, ponieważ pozytywnie wpływają na przebieg procesów poznawczych, w tym pamięci, myślenia oraz koncentrowania uwagi. Z kolei jasnobrązowe ściany wyciszają ale i uspokajają w pozytywnym znaczeniu. W takim pokoju możemy zrelaksować się po ciężkim dniu.

O magii kolorów powinniśmy również pamiętać podczas kreowania naszego wizerunku. Barwy ciepłe oczywiście go ocieplają. Czerwień kojarzona jest z energią, więc cechuje osoby dynamiczne w działaniu, nie należy jednak z nią przesadzać. Jeśli chcemy wypaść na rozmowie kwalifikacyjnej jako osoby pewne siebie i gotowe do działania, zdecydujemy się na czerwony akcent, na przykład krawat lub pasek od sukienki. Podobnie działa pomarańczowy. Żółty z kolei wprawia nas w radosny nastrój, dodaje optymizmu. Jeśli więc mamy gorszy dzień lub na przykład pada deszcz, warto na przekór wszystkiemu założyć jasnożółtą koszulę lub sweterek w takim kolorze.

Zwierzęciem, które kojarzy mi się z barwami ciepłymi, jest lis. Wydrukuj lub spróbuj narysować lisa, pokoloruj go ciepłymi kolorami. Jakie inne zwierzęta naturalnie mają ciepłe kolory?





Poszukaj w swoim domu przedmiotów w barwach ciepłych. Mogą to być elementy wyposażenia kuchni, części garderoby, przybory plastyczne, warzywa, owoce itp. Ułóż z nich jakąś kompozycję (ja ułożyłem robota) i zrób zdjęcie. Efekty swojej pracy prześlij mi na maila [m.piotrowski@otwartedrzwi.pl](mailto:m.piotrowski@otwartedrzwi.pl) lub na maila naszego ośrodka [ochota@otwartedrzwi.pl](mailto:ochota@otwartedrzwi.pl))

