

Рисование - яркий «витамин» для здоровья



Я рисую - руки в краске, это мелочь для меня,
Я рисую яркой краской, посмотрите на меня.
В садике рисуем краской, ушки, носики и глазки,
Получаются мордашки и детишки-замарашки!

Ни один врач в мире не может выписать волшебную таблетку, которая бы сделала человека здоровым. Для этого необходимо правильно питаться, гулять на природе, заниматься спортом и творчеством. Последний пункт кажется необязательным, однако он также оказывает позитивное влияние на физическое и психическое здоровье человека.

Рисование является одним из самых увлекательных и доступных видов творчества,

Рисовать можно самым необычным материалом: карандашами, школьными и восковыми мелками, гуашью, акварелью, масляными красками, пастелью, кирпичом, булыжником, красками по стеклу, углем, фломастером, ручкой, ягодами, карандашной крошкой.

Ну и соответственно по великому множеству материалов: бумага различной формы (треугольная, круглая, квадратная), альбомный лист, большие и маленькие листы обоев, фанера, картон, асфальт, бархатная бумага, яйцо, камень, ткань.

Кроме того, рисовать можно также разными частями тела: рисовать пальцами, делать отпечатки ладошки и ступни, взяв карандаш или кисточку ногами, зубами. Можно рисовать просто палкой на песке.

Помогите ребенку почувствовать весь спектр возможностей рисования. Все эти приемы разовьют креативность, чувствительность пальцев, эмоциональную сферу ребенка.

Многие думают, что рисование не оказывает никакого влияния на физическое состояние человека, ведь это не гимнастика, плавание или баскетбол. Однако это совсем не так.

Рисование это:

- Хороший способ развития мелкой моторики, что помогает влиять на речь и готовить кисть к письму. Всегда такое направление первоочередное в развитии каждого ребенка.
- Умственное развитие. Словарный запас малыша расширяется, речь становится связной и понятной. В процессе творчества идет работа обоих полушарий мозга.



- Эмоциональное выражение и контроль. Оценивая работу ребенка можно точно понять, по цветовому выражению, в каком настроении прибывает дитя. Психологи хорошо работают с искусством крохи и определяют, счастлив ли ребенок и есть ли проблемы.
- Возможность развить талант, художественные навыки и чувство гармонии.
- Объединение нескольких наук, без которых формирование личности не может быть полноценным. Но самое главное, что искусство помогает ребенку познать окружающий его мир.
- Развитие логического мышления. Так как идет предварительно анализ, того, что хочется изобразить, понять, как верно создать пропорции и сравнивает.
- Умение организовываться. Требуется всё подготовить, только после приступить к творчеству, так ребенок готовится к школе и самостоятельности.
- Арт-терапия лучше любого врача может справиться с плохим настроением и победить страхи. Рисуя, человек выплескивает на бумагу положительные и отрицательные эмоции, рассказывает о своих мечтах, фантазиях и желаниях. Рисование помогает найти друзей и единомышленников, ведь совместная творческая работа сближает и дает интересные результаты.

Рисование доступно людям всех возрастов и может с легкостью увлечь как детей, так и взрослых. Для этого не обязательно быть художником, скульптором или дизайнером. Нужно просто иметь огромное желание, трудолюбие, терпение и усидчивость. Вы получите невероятное удовольствие, когда вдохновение прилетит к вам на крыльях бабочки и сядет на край карандаша, а чистый лист бумаги заиграет яркими красками.



Воспитатель: Лорер Ирина Егоровна

Источник:

<http://11liski.detkin-club.ru/events/176627>

<https://www.loelnet.ru/chem-risovanie-polezno-dlya-zdorovya-polozhitelnoe-vliyanie-risovaniya-na.html>