Всем известно, что рисование — очень интересное занятие, которое не просто развлекает, но ещё и приносит значительную пользу детям (да и взрослым тоже). Многие мамы и папы хотели бы выявить у своего чада способности к творчеству и по возможности пробудить у него интерес к рисованию. Так какие положительные стороны есть у рисования? Давайте разбираться.
Во многом это зависит от цветов, инструментов и фактур, которые ребёнок применяет в рисовании. Например, спектр фломастеров разных оттенков позволяет ему изучать характеристики цвета, а разноструктурные краски (акварель, гуашь, масло, акрил) воздействуют даже на обонятельные и осязательные ощущения, когда чадо трогает мокрую бумагу, сами краски или нюхает их.

Плюс №1: Избавление от стресса и негатива

С помощью творчества дети избавляются от стресса и беспокойства. Так они отвлекаются и переживают сложные эмоции. По сути, это отличное медитативное занятие, позволяющее в том числе снижать частоту пульса. Не обязательно даже доставать краски и наливать воду — снизить уровень напряжения поможет использование готовых раскрасок и простых восковых мелков.

Плюс №2: Смена деятельности

Часто ребёнок ощущает усталость из-за перенапряжения: целый день то цифры, то буквы, то скучная зелёная школьная доска перед глазами. А вот рисование позволяет сменить вид деятельности, разгрузить мозг, отвлечься и расслабиться.