Консультація для батьків



Малювання – це веселе заняття, котре розвиває дитину й допомагає їй долати стрес. Діти починають малювати змалечку. Їм до вподоби яскраві кольори, і тому вони малюють фломастерами раніше, ніж олівцем.

Дошкільнята приділяють малюванню достатньо багато часу: розфарбовують картинки, малюють пальцями або фломастерами прості лінії й геометричні фігури. На відміну від дорослих і старших дітей, дошкільнята не розуміють, що саме вони малюють. Їх цікавить власне процес малювання, а не його результат. Малюючи, діти зосереджуються на теперішньому моменті й виражають себе через це заняття. Дайте дитині свободу самовираження і не втручайтеся. І хтозна – можливо, перед вами майбутній Пікассо!

Як малювання допомагає дітям боротися зі стресом

1. Малювання допомагає розслабитися

Малювання – чудовий спосіб заспокоїти тіло й думки. Якщо відволікти дитину від джерела стресу й дозволити трохи помалювати, це допоможе їй швидше впоратися з важкими емоціями. Малювання – це своєрідне медитативне заняття, що сприяє звільненню розуму від думок, що спричиняють стрес. Тому щоразу, коли відчуваєте, що ситуація загострюється, дайте дитині книжку-розмальовку і фломастери. Це допоможе їй розслабитися.





2. Малювання розвиває в дитини творчі здібності

Творчості годі навчитися тими ж способами, що й читання або математики. Використовуючи різні поєднання кольорів, дитина може створити унікальний малюнок. Секрет творчості в тому, як дитина виражає себе за допомогою малювання. Не обов'язково прагнути, щоб малюнок був ідеальним. Процес малювання сам по собі підвищує креативність дитини. Її уява унікальна, тому й малюнки теж будуть унікальними.

3. Малювання допомагає дитині боротися із занепокоєнням

Коли дитина не припиняє думати про ту чи іншу ситуацію, відчуваючи від цього занепокоєння, малювання може допомогти їй відволіктися. Малювання – чудовий спосіб упоратися з легкою тривогою. Воно також допомагає зосередити увагу власне на процесі роботи. Своєю чергою, це заспокоює мозок і знижує частоту пульсу.





Отже, малювання дуже корисне для дитини. Тому давайте змогу своїм дітям виявляти творчість із раннього віку.