

Фёдорова Ольга Александровна
педагог по изобразительной деятельности

Всё о рисовании детей

Для родителей

Рисование с малышом может приносить не только удовольствие, но и терапевтический эффект. Оно активно используется для улучшения психологического и физического состояния детей



Как работают базовые цвета хромотерапии

Цвет	Воздействие на организм
Красный	Бодрит, активизирует нервную систему, стимулирует мыслительный процесс, провоцирует активность, устраняет сонливость, повышает аппетит. Его часто выбирают непоседы и гиперактивные малыши.
Оранжевый	Благоприятен для пищеварения, улучшает настроение, помогает снять спазмы мышц, бодрит, нормализует кровоток. В цветотерапии оранжевый – это цвет радости и хорошего настроения. Оранжевый нравится жизнерадостным и веселым детям.
Желтый	Помогает сконцентрироваться, победить страхи, улучшить настроение, благоприятно влияет на память, стимулирует процесс переваривания пищи. Его предпочитают открытые и творческие дети.
Зеленый	Снимает стресс и нервное возбуждение, успокаивает, дает отдых глазам, нормализует работу сердца и сосудов, улучшает сон. Его часто выбирают дети, которым не хватает внутреннего спокойствия или материнской любви.
Голубой	Успокаивает, снижает кровяное давление, снимает тревожность и нервное возбуждение. В цветотерапии может использоваться для борьбы с инфекционными заболеваниями. Его выбирают дети, которые любят мечтать.
Синий	Обладает легким обезболивающим эффектом, символизирует спокойствие и уверенность. Синий цвет любят уравновешенные дети, которым не свойственна суетливость.
Фиолетовый	Нормализует дыхание, восстанавливает психологический баланс, стабилизирует артериальное давление. Его выбирают малыши с тонкой душевной организацией, творческие, мечтатели и фантазеры.