
МАДОУ детский сад № 11 г.Павлово

Психическое здоровье

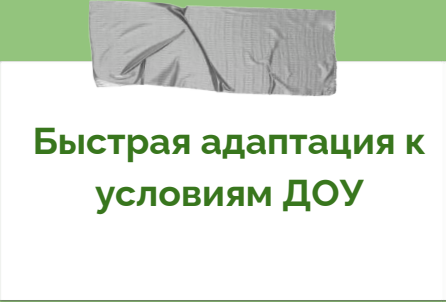
Заместитель руководителя Рунова О.В.

Психическое здоровье

- это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество.

Психическое здоровье детей рассматривается как состояние **душевного** благополучия, которое характеризуется отсутствием болезненных **психических** явлений и обеспечивает адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности.


Основные показатели психического (психологического) здоровья



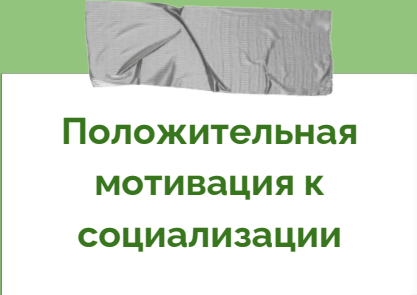
**Быстрая адаптация к
условиям ДОУ**



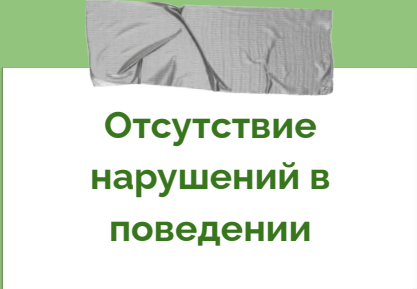
**Высокий уровень
коммуникации**



**Эмоциональный фон
(эмоциональное
благополучие)**



**Положительная
мотивация к
социализации**



**Отсутствие
нарушений в
поведении**

—
Есть ли общепринятая
характеристика
эмоциональному
благополучию?



Ответ

Нет, в различных
источниках имеется
множество
определений..

По мнению психологов эмоциональное благополучие - “положительный нервно - психический тон” (В.М.Бехтерев), “удовольствие, радость” (Е.Изард), “счастье” (М.Аргайл) и т.п. Таким образом, эмоциональное благополучие тесно связано с такими понятиями как “эмоциональное здоровье”, “психическое благополучие”, “удовлетворенность жизнью”, “субъективная оценка качества жизни”.



Совет

Педагоги обращайтесь особое внимание на создание в ДОУ атмосферы эмоционального комфорта, так как это является **важнейшим условием успешного развития детей.**


Профстандарты: трудовая функция “Воспитательная деятельность”

- **создание в группе РППС** для реализации потребностей детей в видах детской деятельности, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (театрализованная, исследовательская деятельность, сюжетно-ролевая игра);
- **создание, поддержание атмосферы и традиций** жизни образовательной организации;
- **формирование толерантности** (помогать детям, оказавшимся в конфликтной и неблагоприятной ситуации, формируя уважительное отношение к детям в группе);
- **выявление** в ходе наблюдения **поведенческих и личностных проблем обучающихся** (оказывать помощь любому ребенку вне зависимости от его реальных возможностей, способностей, особенностей в поведении);
- **использование современных образовательных технологии:** ИКТ- технологии, здоровьесберегающие, проектные, исследовательские, лично- ориентированные и др. (для снятия напряжения и установления доброжелательного отношения к себе, сверстникам и окружающим людям).


ВСОКО: показатели **эмоционального** **развития**

- **в планировании предусмотрена систематическая деятельность по ЭР воспитанников группы, освоение разностороннего содержания ЭР во взаимосвязи с содержанием всех образовательных областей ФГОС ДО, в различных видах деятельности ;**
- **педагог выстраивает разностороннее ЭР, адаптируя эмоциональное взаимодействие с учетом потребностей, способностей, интересов и инициативы воспитанников ГРУППЫ;**
- **воспитанникам доступны разные материалы для ЭР, напр., дидактические материалы, детские книги, иллюстрирующие разные эмоциональные состояния, служащие опорой в работе над эмоциональным развитием.**

Организация деятельности в МАДОУ по эмоциональному развитию



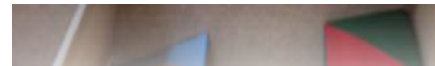
создание в группе РППС
(уголки уединения)



**использование
современных
образовательных
технологий:** лично-
ориентированные,
здоровьесберегающие

Создание в группе РППС

(уголки уединения)



Использование современных образовательных технологий:

лично-ориентированные
(дидактические пособия)

“Уголок



настроений
”

Использование современных образовательных технологий: лично-ориентированные (дидактические пособия) “Мирилка”



Использование современных образовательных технологий:

лично-ориентированные
(дидактическое пособие)

Альбом
“Игрушки для
Танюшки и
Ванюшки”



“Мое настроение”

Использование современных образовательных технологий:

лично-ориентированные
(дидактические игры)



“Эмоции”



“Подбери маску”



“Пирог в лицо”



“Конструктор
эмоций”



Использование современных образовательных технологий:

лично-ориентированные
(дидактические игры)

Пазлы
“Сложи
эмоцию”



“Кто есть
кто”

Использование современных образовательных технологий:

здоровьесберегающие
(подвижные игры)



“Ладонь в ладонь”



“Рассмеши соседа”



“Змейка”



“Твистер”



“Сороконожка”

Использование современных образовательных технологий:

здоровьесберегающие
(подвижные игры)

“Тихо и громко”



“Назови друга
ласково”

—

Технологии обеспечивающие социально-психологическое и эмоциональное благополучие ребенка:

Игротерапия


Изотерапия

Сказкотерапия

Песочная терапия

Музыкотерапия

Литотерапия



Задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье.

Игротерапия -

метод, который базируется на применении ролевой игры (игры с правилами, игры-соревнования, игры-драматизации, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, режиссерские игры, народные игры), как средства воздействия на личностное развитие

Эффект

Снижение эмоционального и мышечного напряжения, эмоциональная разрядка, решение проблемы эмоционально-волевой и коммуникативной сфер.





Изотерапия -

метод воздействия с использованием изобразительных средств.

Традиционное рисование красками, карандашами, фломастерами.

Нетрадиционное рисование поролоновыми губками, ватными дисками, ватными палочками, пенопластом, пластиковыми пробками, нитками и др.



Эффект

Снижение нервного напряжения, страхов, отвлечение от грустных мыслей, ощущение положительных эмоций.



Сказкотерапия -

способствует развитию и коррекции эмоциональных состояний, снятию тревожности и агрессивных проявлений, повышению самооценки.



Эффект

В сказочной форме свою проблему легче увидеть и принять. Для сказочного героя проще придумать выход из положения - ведь в сказке все можно!



Песочная терапия -

метод применяемый при различных нарушениях поведения, сложностях во взаимоотношениях с детьми и взрослыми, страхах, неврозах.

Эффект

Снижение повышенной тревожности, ощущение свободы и безопасности самовыражения.



Музыкотерапия -

метод, основанный на благотворном влиянии мелодии на организм и психологическое состояние человека. Музыка, как средство коррекции нарушений в эмоциональной сфере, поведении, проблемах в общении, страхах.

Эффект

Улучшает и восстанавливает здоровье.



Литотерапия -

методы воздействия минеральных веществ (камней, металлов, глин и др.) на организм человека.

Средство коррекции, подразумевающее контактное (массаж), тактильное воздействие.



Эффект

Систематические упражнения для пальцев по мнению М.М. Кольцовой “мощное средство повышения работоспособности головного мозга”.



Удачи!

Надеемся, что данная информация поможет сделать работу по сохранению и укреплению здоровья детей в ДОУ, по развитию у детей двигательной активности в режиме дня, более эффективной.